

رَأَيْتِ هَبْ لِي مِنَ الصَّلَحِيْنَ

پچون کی پروش

جکو

علیاً خیرت نواب سلطان جہان بیگم صاحبہ تاج ہند

جی، سی، ایس، آئی، وجوہی ہی، آئی، ای فرمان روائے بھوپال

اوَا حَمَدُ اللَّهِ بِالْعَزْوَةِ وَالْأَقْبَالِ

نے

انگریزی کی متعدد کتب سے جو پچون کی پروش کے متعلق قابل وہاہر

ڈاکٹروں نے تصنیف کی یہ مصنایین کا ترجمہ کرائے اور جا بجا اپنی

مفید معلومات اضافہ فرما کر فائدہ عامہ کے لئے تایپ فریا

اور جو

مطبع دار الاقبال ریاست بھوپال میں باہتمام مولوی محمد مسید اللہ عاصم مطبع طبع ہوئی

۱۳۴۲ھ
۱۹۶۳ء



فہرست نہایت کمپنی پرنٹنگ

ردیلہ	شمارہ	بیشمار
۱	۱	۱
۲	۲	۲
۳	۳	۳
۴	۴	۴
۵	۵	۵
۶	۶	۶
۷	۷	۷
۸	۸	۸
۹	۹	۹
۱۰	۱۰	۱۰
۱۱	۱۱	۱۱
۱۲	۱۲	۱۲

تقریبی بندوقت

حدائقِ اسلام

نمبر شمار	نام	نام	نمبر شمار
۱	دو ده چھپڑا نما	دو ده چھپڑا نما	۱۲۳
۲	باقی	باقی	۲
۱۰	مصنوعی رضا عت	مصنوعی رضا عت	۱۰
۱۴	اسٹرلا ایز کرنیکلی ترکیب	اسٹرلا ایز کرنیکلی ترکیب	۱۴
۱۵	ڈودہ پلائیکا طریقہ	ڈودہ پلائیکا طریقہ	۱۵
۱۸	خاص ڈودہ	خاص ڈودہ	۱۸
۱۹	باقی ڈودہ	باقی ڈودہ	۱۹
۲۰	بیچن لی غذا بین انڈا	بیچن لی غذا بین انڈا	۲۰
۲۱	گوشت	گوشت	۲۱
۲۲	پیل	پیل	۲۲
۲۳	عام اصول	عام اصول	۲۳
۲۴	غذا بین اور اونٹکے وقات	غذا بین اور اونٹکے وقات	۲۴
۲۵	تمسید	تمسید	۲۵
۲۶	سرنے کا طریقہ	سرنے کا طریقہ	۲۶
۲۷	کاف زادہ اور کاف	کاف زادہ اور کاف	۲۷

نمبر شا.	عنوان	عنوان	نمبر شا.
۱	۲	۳	۴
۲۸	سہی	۰۰ - ۹۹	
۲۹	خاس نہ	۹۰ - ۹۹	
۳۰	دماخ	۹۵ - ۹۰	
۳۱	دانت انکت	۱۰۱ - ۹۵	
۳۲	بولنا	۱۰۳ - ۱۰۳	
۳۳	بچون کامان خر ٹھیں	۱۰۹ - ۱۰۳	
۳۴	پاپ سنج		
۳۵	ڈبب	۱۱۶ - ۱۱۶	
۳۶	دوا علاج	۱۱۳ - ۱۱۷	
۳۷	بیوی میں بات افی حلماں	۱۱۹ - ۱۱۳	
۳۸	نالی تھاری گاڑ	۱۱۶ - ۱۱۸	
۳۹	ترشیخ	۱۲۳ - ۱۲	
۴۰	میرے بھائی	۱۲۳ - ۱۲۳	
۴۱	میرے بھائی	۱۲۳ - ۱۲۳	

مکان	نام	نام
ر	ر	ر
۱۷۸-۱۷۶	بیل چک	۳۱
۱۷۶-۱۷۵	بیل	۳۲
۱۷۴-۱۷۳	بیل خود	۳۳
باب ششم		
۱۷۶-۱۷۵	خوار باش	۳۴
۱۷۳-۱۷۱	لنج اور لند قرائج	۳۵
۱۷۰-۱۷۳	بیل	۳۶
۱۷۳-۱۷۰	قبس	۳۷
۱۷۰-۱۷۰	ہریٹ کارست	۳۸
۱۷۰-۱۷۰	شپورست	۳۹
۱۷۰-۱۷۰	ڈسون دست	۴۰
باب هشتم		
۱۷۶-۱۷۵	زماں ملزومات	۴۱
۱۷۴-۱۷۶	لند پورداشہ	۴۲

نمبر شمار	مشتبہ	سریعہ
۱	۲	۳
۵۳	سوچا اور آرڈم	۱۶۲-۱۶۶
۵۴	تازہ ہوا اور وہ شفی	۱۶۳-۱۶۲
۵۵	درزش	۱۶۳-۱۰۳
۵۶	لباس	۱۶۸-۱۶۳
۵۷	امصار	۱۶۹
۵۸	شاد	۱۷۱-۱۶۹
۵۹	مستقل اور اصلی داشت	۱۸۷-۱۸۱
۶۰	مدرسہ اور تعلیم خانگی	۱۸۳-۱۸۲
۶۱	تمہید	۱۸۴-۱۸۴
۶۲	چھپی کا بیٹوں ہو جانا	۱۹۸-۱۹۴
۶۳	اسکردویی یعنی سواروگ	۱۹۹-۱۹۸
۶۴	قبض	۱۹۹
۶۵	خوب قبیل	۲۰۰-۱۹۹
۶۶	پرہنسی اور متنی	۲۰۱-۱۹۰

صفات	مضمون	تبریز
۳	۴	۱
۲۰۳-۲۰۱	دست اور چیز	۹۶
۲۰۳	شکم کا نکل آنا	۹۸
۲۰۳	آئون کلائر آنا	۹۹
۲۰۵-۲۰۳	امراض چیز	۱۰۰
۲۰۸-۲۰۷	خناق	۱۰۱
۲۰۹-۲۰۸	کھا بیٹھ جانا	۱۰۲
۲۱۱-۲۱۰	سوکھی بیلی یعنی بھون کی تپ ورق	
۲۱۶-۲۱۱	بخار اور دیگر متعددی بیماریاں	۱
۲۱۸	گشیسا	۷
۲۱۹-۲۱۸	رعشه	۱۰۳
۲۲۰-۲۱۹	خواب میں گدننا	۱۰۴
۲۲۱-۲۲۰	درودسر	۱۰۵
۲۲۱	کان کا درد	۱۰۶
۲۲۲-۲۲۱	نگہبیر	۱۰۷

صفحات	مضمون	رئیس
۲	۲	۱
۲۲۲	بافتہ پاؤں کی جلد کا پیختنا	۹
۲۲۴	شمعہ نہ لعین گو گلچیان	۱۰
۲۲۵-۲۲۳	سو نے بیٹ زیادہ پسیت آکتا باپ ششم	۱۱
۲۲۷-۲۲۵	بچوں کی بگرانی سخت	۱۲
۲۲۸-۲۲۷	بچوں کو یہ کا اگانا	۱۳
۲۳۰-۲۳۰	بچوں کو مستعاری امراض و علامات والسداد	۱۴
۲۳۱-۲۳۰	مستعدی بخار کو تسریک کرنے کی طرح میں یا میں ہوتی ہیں	۱۵
۲۳۲	بچوں کو مستعاری امراض کے علامات	۱۶
۲۳۵-۲۳۳	مستعدی امراض کا والسداد	۱۷
۲۳۶-۲۳۵	زہر کی مشناخت اور علاج	۱۸
۲۳۸-۲۳۱	ترش اشیا رجو ایشور زہر کو استعمال ہوتی ہیں	۱۹
۲۴۲-۲۴۸	قواعد	۲۰
۲۴۹-۲۴۷	مشترکتے۔ بیلی اور دلپر جانور کا	۲۱

صفحات	مضمون	نمبرسوار
	۲	۱
-۴۹	کسی پر کو انکل بانا	۹۵
-۷۰۰	جلنا	۹۵
-۷۲۴۳	زخم اور چورٹ	۹۴
-۷۲۴۲	معراج	۹۶
۱۳-۷۶۶	انفائی حوادث میں تیارداری	۹۸
۹۴-۷۸۲	مرانیوں کے غسل کے مختلف طریقے	۹۹
۸۸-۳۸۷	اسکل کا غسل	۱۰۰
—۵۹	ڈاکٹرمی اور طبی اوزان و حجم اور ان کا باہمی مقابلہ	۱۰۱
۹۲-۲۹۰	مقدار خواراک ادویات بحسب غر	۱۰۲
-۲۹۲	فہرست ادویہ جو خانگی دوا خانہ میں ہوتا چاہے ہیں	۱۰۳
۳۰۳-۲۹۲	پچون کو دینے کی ہلکی خذائیں	۱۰۴
۲۹۹-۳۰۳	پچون اور جوانوں کے سادہ مشروبات	۱۰۵
۱۱-۳۰۹	سینیس فود کے ضعیف المعدہ اشخاص کے لئے	۱۰۶
۱۱۱	سینیس فود کے فوائد	۱۰۷

صفحات	بعضیون	نمبر شمار
۲	۲	۱
۳۱۲	چون کا پافی	۱۰۹
۳۱۲-۳۱۳	چونے کا میتحا پافی	۱۱۰
۳۱۳	آش جو	۱۱۱
۳۱۳-۳۱۴	عام منوعات	۱۱۲
۳۱۴	فاتحہ الکتاب	۱۱۳

(الف)

ویساچہ

بچوں کی بروز رش

بلاشیہ جو اون کے لئے بچوں کی بروز رش کے وہ تاری
انوار اپ بنا تو کی۔ بے اخلاق افسوس ہوتا ہے کیونکہ تجھے تکھی نامیں اون
اصول کو نہ جانیزیگی وہ کسی طرح بچوں کی تحریم نہ طاہر ہے۔ بروز رش بین کرکشن
اور یہ اصراس قدر پڑیں سب کے لائنسیں اسی تاریخ اون ڈیکل اور طبقہ بیٹھ کی
نہ ہوتی ہیں۔ کیونکہ تو شخص ذرا بھی قل سلیم کھاتا ہے وہ اس ضرورت
ت اکار نہیں کر سکتا۔

اس میں شک نہیں کہ یہ علم نہایت دیسح اور شکل ہے پھر بھی اگر ان
ضروری اصول کی اپنی ماوری زبان میں تعلیم دیجاے تو بہت کچھ کا نیابی
حاصل ہو سکتی ہے اور عورتیں جو بچوں پر فطر تاثر نہیں
میں کسی شکل و تکلیف اور محنت کی پردہ نہیں کرتیں اونکو شوق کے ساتھ
پردہ نہیں گی۔ اسکے علاوہ اونکا دماغ بھی ایسے نہایت ذوق کی

مکہری میں توہر توں لے جاؤایاں اس نئی نئی کل کوڈاں سے
صاف طور پر ہے اب جسلوم ہوتی ہے کہ ختنیں اس نئی کے تھے قدام
طبر پر مذہبیت رکھتی ہیں۔

ابھی چند ہی دن گذشتے گئے اب اخبار میں نہیں آتا
ہی کے طبق امورات کے تابع آندر کو ٹھپ ہائے اور اوس نئی
دیکھا ہے کہ ہر توں لے اپنی آزادی کے لامائے نہیں اور دن کے
ستالہریں عمدہ طور پر کامیابی میں گئے۔

ٹاروں میں یہ رازی تھی کہ اور دزمر کے مالات دیکھنے کو
ماہت ہوا ہے کہ ہر توں میں اس تبلیغ کی خاتیت متوال ملاحیت رکھتی
ہے اس سلسلہ میں یہ بڑے کچھ ہندوستانی مسلمان ہر آنکھی وہ قوت
ہیں جو اس نئی نئی دستکاری کی تھیں اور اس امر کا ناسخ تحریر ہوا ہے
کہ پھر ان کے امر افس کی تکمیل نہیں اور یہ اکثر دن کو ششی کی کے بھتاب
مردوں کے درمیں بہت اپنی کرتی ہے، لیکن جسے افسوس کی کوئی آغا
نہیں پختگی جب ہم اس پر فوکر شہید کر ہاں خوبی ہاری مسلمان نہیں
لے سکتے مسلمان سے ہلکا نامہ میں اور مسلمان ہر توں پر بیکی کیا خبر ہے
ہم تو اپنے مکمل ہندو شہون کو یہ اس تبلیغ سے غیر افسوس ہاتے ہیں،
سب ہم ہمارا کردار اُون کی خانگی کے لئے ہیں کوئی دش کو جعل نہ

تصنیف ہو چکی ہیں اور وزارت ہوتی رہتی ہیں۔ اور وہ ایسی ہوتی ہیں جنکو پریک
تعلیم یافتہ یوروپین خاتون اچھی طرح پڑھ سکتی اور اون سے بخوبی فائدہ اٹھاتی
ہے یہ وقہ ہے اور تجھ پر ہے کہ اپنے ملک و قوم کی سینکڑوں معزاز اور
شریف عورتوں کے مقابلہ میں ، میں نے ایک معمولی ایگلو ایڈین عورت
کو ہی نہیں بلکہ دیسی عیسائی عورتوں کو بھی ہندو مسلمان خواتین سے بچوں کی
پرورش کے اصول میں لا ہر دیکھا ہے ۔

ایک معمولی درجہ کی ملازم عورت پر رجہا اون عالی مرتب عہدہ دار و نگی
بیویوں سے جن کو ہر قسم کی آسانیاں یہ سرہن خانہ داری ، تربیت اولاد
اور بچوں کی پرورش میں قابلِ لایق ہے ۔ اور اسکی حصل وجہ وہ ہی تعلیم
اور ایسی کتابوں کا موجود ہوتا ہے جو ہمدردانہ قوم ان ہی باتوں کو پیش نظر
رکھکر تصنیف و تالیف کرتے رہتے ہیں مگر ہمارے ملک و قوم میں نہ شوق
یا رنجہ ہے اور نہ اس ضرورت کا احساس ۔ اور اسی لئے اگر کچھ پڑھ لکھی ٹھیک ہیں
ایسی کتابوں کا مطالعہ کرنا چاہیں تو وہ ہمیاں نہیں ہو سکتیں ۔

میں نے اون تاسفت آئیٹھرا لتوں کو دیکھا ہے جو عدم تعلیم و رکھنی
پرورش کے اصول سے ناواقف ہوئیکی وجہ سے پیش آتی رہتی ہیں ۔

مجھے اون نتائج پر غور کرنے کا بھی موقع ملا ہے جو ان حالتوں سے پیدا
ہوتے رہتے ہیں ۔ میں نے خود ابتداء سے ان اصول کا مطالعہ کیا ہے اور

انھی پر عمل رکھا ہے اور یہیں ان تمام نقصانات و فوائد سے بیکھ تھے آئیت
رکھتی ہوں ان ہی وجہ سے میں نے اس قسم کے سامنے ترتیب کرنے
شروع کر دئے ہیں۔ جن میں سے پہلا رسالہ و سوم پر "تذہیتی" جمع
ہو چکا ہے۔ اور اب یہ دوسرا رسالہ "پچھون کی پروش" کے نام سے
شائع ہوا ہے۔ یہ سامنے ایسے نہیں ہیں کہ جو مکمل کئے جائے کے قابل
ہوں تاہم میں اسید کرتی ہوں کہ ماون کو حوال خفاظان صحت کی توفیقیت
اور اون خطرات کی اطلاع کے لئے جو پچھون کی پروش میں پیش آتے ہیں
ایک حد تک ضرور مفید اور معافی ثابت ہوں گے۔

یہ کتاب پہنچ انگریزی کتابوں کے ترجموں کا ایک مجموعہ ہے جس میں
جاہنجار میں نے اپنے تحریرات کا اضافہ کیا ہے اور صرف اس غرض سے
طبع کی گئی ہے کہ خود میں اسکے مطالعے کے بعد ضروری امور سے مطابق ہو جائیں
لیکن میں یہ تاکید کروں گی کہ تمہیش پچھون کی علاالت کی حالت میں ڈاکٹر
یا طبیب سے مشورہ لئے بغیر کتابی نسخوں پر عمل نہ کرنا چاہئے۔ اور میں نے اس
ہدایت کو جا بجا اس کتاب میں بھی تحریر کر دیا ہے ।

بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

باب اول

نُرچے خانہ کی تیاری، نوزاپیدہ بچے، ولادت قبل از وقت بچہ کا عمل
بچہ کا نہلانا و مخلانا، ملبوسات، اجابت، پیش اپ، بچہ کی جلد

نُرچے خانہ کی تیاری

پہلوٹی کے بچے کے وقت اکثر نہیں حاوم ہوتا کہ کس کس چیز کی ضرورت
ہوگی، سب سے اول پرانا گودڑا کار بولک صابون سے وہ کراور صاف
کر کے رکھنا چاہئے یہ اکثر کاموں میں آتا ہے۔

نُرچے کا پلنگ سنگل بیڈ single bed ہوا جیسا ہی جس سخت گدہ اور اسپریک فنید چادر
بچھائی جائے چادر و اڑپروفت پورے بستر کی ہو، سر ہانے ایک تکیہ
ایک گاؤ تجیہ ایک پلنگ پوش سا وہ ایک پرانے کپڑے کا لنبنا کر تا جو گلوٹ سے
پاؤں تک ہو۔ کمرے میں ایک الگتی ایک الماری کپڑوں کے واسطے ہو دو
مونڈ ہے یا کرسیاں بیٹھنے کے لئے رکھی جائیں ملک کی چار ٹیان، ایک وکسے

جن سے زچ کے سر کی بندش ہو سکے چہرہ مال و نہ پوچھنے کے لئے سنبھال جائیں
 ایک چادر اور ایک دلائی بھی ضروری ہے ان چیزوں کے علاوہ
 ایک مکبل اور ایک لمحافت بھی موجود رہتا چاہئے چار چہرے
 پر اتنے چوڑے بھی ہوتے چاہئین لیکن سب صفات سترے
 ہوں اور اس طریقہ سے تیار رکھے رہیں کہ زچہ جلد بدال سکے
 بچہ کے لئے باسکٹ Basket بھی تیار کرنی چاہئوا ایک بکری امداد فیس بوقت
 یا لوشن ہگرین یعنی ۲۴ ارتی بورک اسٹریٹ اونس پانی میں ملکر تیار کیا گی ہو ایک چینی کی ڈسیرین ہیں ہیں یعنی
 ایک بوتل و غن زیتون نصف پانست والی تین مچھی آٹو لوپی اسٹریٹ ایک بس
 سیفی ٹن ٹرمی وسط و پھوٹی، شربتی یا دہاکہ کے ملک کے جیمن رو مال بھی ہوں جو چادرین
 مارکین کی جو دو گز لمبی اور ایک گز چوڑی ہوں بچے کے پن پوچھنے کو دو تجھے
 پیدا نے سیند فلاں کے جو ایک ایک وار مربع ہوں ایک چہرے کے لئے کو
 دوسرا نہ لائیک وقت گھٹھتے پر رکھنے کو لیکن گھٹھتے پر رکھنے کا پیرا اگر واٹر پروف ہو تو
 مناسب ہے۔ ایک غسل کا تھرما سٹریٹر بھجو کا ایک پورا جوڑا ایک دنی بیان کر کرنا ہوا
 ملک کی ایک چھوٹی تر پوشی ملک کا ایک ٹکڑا بچہ کو لیٹئے کیواسطے رکھنا چاہئوا اگر
 سر دیکا زمانہ ہو تو فلاں کی کرتہ جو واپلا سے بنایا گیا ہو ایک گول سلی ہوئی ٹوپی
 ایک کنٹوپ، ایک لب گیری، ایک جوڑ موزہ، شمد کی ایک شیشی ایک شال

چاقو اور بنسنے کی قدر پر نوک کی پتھری بھی تیار رہیں۔

بچہ کا بچو نادغیرہ ایک چھوٹا کھٹولہ نواز لکا یا انگریزی فیشن کا بنا ہوا بچہ کا بچو نامع پلٹنک لیکو شکل لای تین تکیہ کاف پھنسہ نہ اچے بارہ پورے کریا تو پھر جو کوئی بودم نیوی بوشن ہو تو کر کے خشک کر کر کسے کوئی ہوں دو کمل جو بچوں کی مخصوص طبیور بنا جائیں ایک ٹنکے کا سفچے ایک بکس پودر پفت puff powder خالص ٹنی کاتبل، وہ قتل غعن باڈام ایک شیشی ایک چھوٹی ٹیلی، ایک جگ یا لوٹ، سلاپی، او گالمان، نگیشی، ایک ٹاپہ چار طکرش توں، ایک کیتلی۔ ایک تو تباہ موجود رہے۔

بچہ کا تو شک خانہ ایک بکس چھوٹا، پارہ جوڑہ یعنی کرتے بنیان پائی کامہ

صدری لب گیری ٹوب سوزہ ٹوپیان بچہ کا تو شک خانہ ہے۔

بچہ کے لئے پوتڑے بھی ضروری چیزیں ہیں جو عمدہ قسم کے کپڑے کے ہونے چاہئیں۔ بچہ استعمال کے وقت جسم سے لے رہیں اور اون کے اوپر منج قفل کے ٹرکی تو یہوں کے بڑے مکرے ہوں، عمدہ قسم کی رو مالیان لگلی کی پڑھ ک مشکل ناگزیر کی ہوتی ہیں اس کپڑے میں اون کا الجزو رہتا ہے جو جاؤ بہوتے، لیکن بچہ کپڑہ قیمتی ہوتا ہے اور جب ایک بار تر ہو جلدے تو بچہ استعمال نہیں ہوتا۔

تو زائیدہ بچہ

بچہ کے پیدا ہوئے ساتھ ہی آنکھوں اور چہرے کے میل اور منہ کی الائچ

فوراً صاف کر دینا چاہئے، اگر فوز نہیں آیا، بچھ کی آنکھ فوراً میل سے صاف نہ کی جاوے بگتی ہمیشہ خراب رہیگی۔

سردی سے فوراً حفاظت کرنا سخت ضروری اختیاط ہے کیونکہ بچھ پر سری کا نہایت تیز اثر ہوتا ہے موسم کے لحاظ سے فلاں بن یا کسی سوتی پارچے میں اوسکو پسپیٹ دیا جائے اور مکسم سرمابین چند لمحتے تک کرم پان کی بوتل کپڑے میں پسپیٹ کر لبتر میں رکھ کر بچھ کو آرام سے سونے دیا جائے، کچھ اسخت یاد ہارنی یا گھٹنے چبھنے والا نہ ہو الگ کپڑا انیا ہو تو پھر سود ہو کر فربخ شکر لینا چاہیتوں کا نرم ہو جائی دلائی اور نرم نہال پچھے اوسکے واسطے بہت آرام دہ ہے اس طرح پتی نیز سے جیمن اوسنے قدم رکھا ہے مانوس ہونے کا وقق ملتا ہے اور اوسکی چلد اُرقوں کرنے والے اعصاب محفوظ رہتے ہیں اور تیز جلد کی ہر قسم کی خراش سے حفاظت رہتی ہے۔ اگر سردی سے بچھ کی حفاظت نہ کیجا کے تو وہ نیلا اور سرد پیر جاتا ہے ہونٹ کا نپنے لگتے ہیں اور غالباً کل جسم پر لرزہ چڑھتا آتا ہے۔

اوسمکے گوارہ میں صرف سر کے پچھے ہی تکے نہوں بلکہ دونوں جانب تینیاں یعنی بہت چھوٹے چھوٹے تکے ہوں تاکہ اوسکی گمراہ کو آرام پوچھا گرچہ کو جائز ہے تو گوارہ میں گرم پانی کی بوتل رکھی جائیکن اوسکو مکبل میں ایسے اختیاط سے پسپیٹ کر کرنا چاہیے کہ بچھ کے جلنے یا حدت زیادہ ہونکا انداشہ نہواں ہانیوں پر چیزوں کو اس طرح ترتیب دیا جائے کہ بچھ کا منہ نہ ڈینے پاے کیونکہ گوارہ میں

ہوا کی آمد و رفت کی سخت ضرورت ہے اور بچہ کو کافی طور پر تازہ ہولڈنگ چاہئے
 جب بچہ سو اوٹھے تو ایک کو لازم ہے کہ خور اور ہوشیاری کیا تھے
 اوسکی ساری کیفیت اور اعضا کو دیکھ لے والاوت کے وقت بعض اوقات
 بچہ کا سر لانپا اور اور بدہیئت ہو جاتا ہے ، یا کھوپڑی کا بالائی حصہ ملائم
 ہو جاتا ہے۔ لہذا اگر خیال کے ساتھ بچہ کو ہر سچلو سلاتے رہیں اور اوس کے
 سر کو بھی ایک چانپ زیادہ نہ رہنے وین تو یہ خود بخود درست ہو جاتا ہے
 جب آلات کے قریب سے والاوت کرائی جائے تو ایک طرف کا چہرہ چند
 روز کے بعد بڑا ہو جاتا ہے لیکن یہ شکایت بھی خود بخود چلدی جاتی رہتی ہے
 بچہ کامنہ کھوکر دیکھ لینا پچاہئے کہ زبان اولٹ تو نہیں گئی ہے ، یا تاومیہ ہوا
 تو نہیں ہے اگر یہ شکایات ہیں تو بچہ نہ پستان چوس سیکیا اور نہ دودھ گھونٹ
 لے سکیا ، اس قسم کے جسمانی تناقض ڈاکٹر کوفور اور کماے جائیں بعض تو زائیدہ
 بچوں کی چمایون پرورم پیدا ہو جاتا ہے اور دبانے سے سفید دودھ نکالتا ہوا
 سعلوم ہوتا ہے ایسی حالت میں انکو چونا نہ چاہئے بلکہ آہستہ آہستہ رعن نہیں کی
 الش اور بولک لورشی *Morice lotion* یا لپٹس کی نیڈل (دریں نگ) ۲۳ گھنٹے تک
 چرمائی چاہئے؟

بعض تو زائیدہ بچہ کے پاسخانہ کا مقام نہیں ہوتا یا اگر ہوتا یہی ہے تو
 بے موقع اگر ایسی حالت ہو تو ڈاکٹر کوفور آ اوسکی اطلاع کرنی چاہئے۔

والاوت قبل از وقت

کسی نو زائدہ بچہ کو دیکھ ری تجویز کرنے کا وہ قابل از وقت پیدا ۱۹۷۴ء تھے جیسا کہ
آسان نہیں ہے یہ بات بچہ کی نشوونما سے البتہ معلوم ہو سکتی ہے پوری سی جادہ
کے بچہ کارنگ لالاپ کی پنکھڑی کی طرح ہوتا ہے ، لال لال گلزار سازنگ بال
زیادہ ہوتے ہیں ناخن کچھ پوراون سے باہر نکلے ہوئے آنکھیں صاف شفاف
تارہ کی پتیلیان صاف نہیں نہ کچیں بچہ خوب چلاتا ہے دودھ خوب پیتا ہے
ہاتھ پاؤں خوب مرتا ہے ، کمرہور بچے باوجود پورے دونوں کے پیدا ہوئے نیکے
او سقدر جسمانی نکاحات سے صحیح نہیں ہوتے جو سدر کہ ایک مخصوص بچہ جو ایک ماہ یا کچھ اور
پہلے پیدا ہو گیا ہو۔

بم ہفتہ یا ۲۸۰ دن کے بعد پیدا ہونے کی جگہ بچے ۲۸ ہفتہ یعنی
سات ماہ یا ۱۹۷ دن کے بعد پیدا ہوتے ہیں وہ اکثر زندہ رہتے ہیں ، لیکن
ایسے بچے جو ساتویں حینہ کے آخر یا آٹھویں حینہ میں پیدا ہوتے ہیں تو انہیں
زندہ رہتے کی عالمیں نہیں پائی جاتیں مثلاً جلدیست پتلی اور باریک ہوتی ہے انہیں
چمکتی ہوئی اور شفاف ہوتی ہیں کسراعضائے تناب سے بہت بڑا ہوتا ہو
اور کھوپری کی ٹھیکان بہت پتلی ہوتی ہیں مان کا دودھ بچہ عموماً ہضم نہیں کر سکتا
اور اوسکے اعصاب کم رہتے ہیں اور انہیں بہت خراش ہوتی ہے ۔

جو بچے ساتویں مہینہ کے قبل پیدا ہوتے ہیں اونکے زندگی - ہنسنے کی امید بہت کم ہوتی ہے، لیکن اوسی کے ساتھ یہی مثالیں بھی موجود ہیں کہ پچھیوں ہفتہ میں بچے پیدا ہوئے ہیں اور زندہ رکھر اپنی عمر طبعی کو پوچھنے میں اسلئے قبل از وقت ولادت کی صورت میں ناممیدہ ہو کر تفس و غیرہ جاری کرنے کے چھے اور معقول طریقوں کو کام میں لانے سے باذنا آنا چاہئے ایسے نوزائیدہ بچوں کے رکھ رکھا ویں تین یا تون کا خیال ضروری ہے۔

(۱) رات دن گرمی یکسان پہنچانی چاہئے۔

(۲) جہانتک ممکن ہو بہت کم بلا یا ڈولایا جائے۔

(۳) دودہ پلڈ جلد اور تھوڑی مقدار میں پلا یا چاہے قبل از وقت ولادت میں

جس وقت بچہ پیدا ہو نوراً اوسکو گرم کھڑے میں پیش دینا چاہئے اور اپر سے ایک ہاگر مکبل اور ہادینا چاہئے جب تک نال میں تنفس کی حرکت بنتے ہو جائے اوس وقت تک نال کو باندھنا نہ چاہئے لیکن بچہ کو جد اکرنے کے بعد ہی کمل کے نیچے رونگ زیتون کی ماش کر کے اور کسی کمپٹر سے میں پیش کر بستہ پر لٹا دینا چاہئے اور جرارت قائم رکھنے کے لئے بستہ میں گرم بوتل بھی رکھ دینی چاہئے۔

گرمی پہنچانے کا آل جو عامۃ استعمال کیا جاتا ہے وہ آسان نہیں ہے لیکن دفعہ کٹب کو ملا کر ایک آسان آلہ بنایا جا سکتا ہے، چھوٹے ٹب میں ہر طرف

۸

روئی بچا کر لاطور پانے کے بنا دینا چاہئے، اور یہ شب استقدار چوٹا ہو کر بڑے
ٹب میں آجائے بڑے ٹب کے نیچے ایک لیپ بلتا ہو اور کھانا چاہئے اور دو نون
ٹیون کے درمیان قریب چھپہ انجک کا فاسدیہ کھانا جائے، ان دو نون ڈون کو کہلے
ڈھانک دیا جائے اور اندر ورنی ٹب میں ایک تہرا بیٹھ رکھ دیا جائے جسکو
سود رجہ تک پھیشہ رکھنا چاہئے، ایسے بچون کو نور آدو دو دھن پلانا چاہئے کیونکہ انہیں
توت بہت کم ہوتی ہے اور ایشل پورے دنون کے بچون کے اون میں استہ
توت بہیں ہوتی ہے کہ ایک یا دو دن کا بھی شعف برداشت کر سکیں اول چمیں نہیں میں
ہر طور پر گھنٹہ کے بعد آش چو (باری واٹر) اور گامے کا دو دھن ہر ہم دن پلانا
پاہئے دوسرے دن دس قطرے اندھے کی سفیدی سی باری واٹر میں پھٹیں کا
او سوچت تک پلانی جائے جب تک کہ مان کے دو دھن نہ اتر آئے تیرے دن
بھی یہ ہی نہزادیجا سے اور مان کے دو دھن میں لغائن قطرے پانی ملا کر دو دھن گھنٹہ
کے بعد دو دھن پچھے پلا جائے۔ دن میں دو بار بچے کو اوٹھا کر اوسکا بست صاف
کر دینا اور اوٹھا کر جلدی سے روغن زریون کی مالٹ کر دینا چاہئے۔
ان تدبیرت بچے کو گرمی پہنچتی رہی ہو اور جنکہ بچکی چمہ ہنلی ہوتی ہے اسے
روغن کو جلد جذب کر لیتی ہے ایسے بچون کو گرمی اور چکنائی کی بہت ضرورت
ہوتی ہے جب بچہ میں دو دھن پوس لینے کے آثار عالم ہوں تو چار پانچ گھنٹے
بعد پستان سے دو دھن پلانا چاہئے لیکن باری واٹر کے دوچھے دیاں میں

بہا بہر دینکھا ہم نہیں ورنہ بعض ایسے بچہ ہو اطراف میں بیٹلا ہو کر راہی ملکہ م
ہو جاتے ہیں، لہذا پھون کی ہوشیاری کے ساتھ نہ محمد اشت کرنی چاہئے۔
اگر کسی وقت ایسے بچہ کارنگ نیلا پڑ جائے اور نفس بند ہو جائے تو
بیخ فلالین یا چادر اتارے (۱۰۵) درجہ کے گرم پانی سے غسل دینا چاہئے، پھر
پانچ یا دس منٹ کے بعد بچہ کو ٹب سے نکال کر رونگ زیتون کو گرم کایکے ملنا چاہئے
اور کپڑے میں پھر لپیٹ دینا چاہئے، ایسے کمزور اور قبل از وہ مولود کو لئے
جز دا ان کی طرح ایک خوب بڑا غلاف بنایا جائے جس کا پاکٹ قریب ٹولٹکے
سامنے کی طرف ہوا اور اوس جز دا ان کے پاکٹ نما حصہ میں ایک ملاجم روٹی کا
زار کھا جائے، بچہ کو فلالین اور سوتی پارچے میں لپیٹ کر اوس پاکٹ میں لٹا
دیا جائے اور اس طرح رکھ کر اپنے گرم پالنے سے مان کے بستر پر یا کسی دوسری
چیز کے لئے چانا چاہئے یا بچہ کو خندق میں رکھ دینا چاہئے لئے
کپڑے کا سینڈس سے بنائ کر اور بچہ کو سیدھا ملک

نہ کھلارہے اس طرح بچے
اگر ضرورت ہے تجویز دا ان کے وہ
وینا چاہئے۔
سلہ جسم کا ٹھنڈا ہونا۔

پورے دلوں کے بچے کا خل

بچہ کے سو اٹھنے کے بعد اسکو پلاسٹیک دینا چاہتے ہیں وہ اس طریقے سے کہ
دایک اوائلی گوڈین بچہ کو لے کر بیٹھنا چاہتے، ایک برتن میں
روغن زیتون گرم ہونے کے لئے اگل پر رکھ دینا چاہتے اور سب ت اوال سارے
بعد اوس کر تمام جسم پر رومنی سے تیل لگایا جاتے اگر جاڑے کا موسم ہو تو کل
اڑاکر تیل لگایا جاتے اور ملائم کپڑے سے تیل فوراً جذب کر لیا جاتے اور کسکے
ساتھ ایک چکنا مادہ جو جسم پر لپٹتا ہوتا ہے صاف ہو جاتا ہے۔ اگر یہ چکنا وہ
تم رہتے اور تیل پوچھنے کے ساتھ چوٹ سکتے تو وہ سرے خل تک چوڑا
میں کوئی نقصان نہیں ہوتا۔

شتر تیل سے مالش ہونی چاہتے تمام اعضا اور جسم کے

در رکھنا چاہتے، اب بچہ اپنی چوٹی سی

نائیکے اوس کے پائخانے کے مقابل پر

لگا دینا پاکا وہ سہلی چیजو

آسانی سے صاف

تک رو زان

م وزن گرم ۲۵۰

باندھ وین اس ڈوری سے ڈیر ڈرائی نے فاصلہ پر دوسری ڈوری نال پر باندھ کر
دریمان کی بنی ہی ہوئی بلگہ سے کامیں، اول نال کا شک ہوتا فوری ہے، اور
شک پر ک ایسٹہ اوس پر روزانہ چھٹا کنچا ہے اگر نال سے خون آتا ہو تو خوب
کس کرایک تھی ڈوری پہلی ڈوری پر باندھ ویجاو سے۔ بعد ازاں نال پر ایک صاف
اور جوش دیا ہے اسکے مل کا پیٹ، یا جاتے اور نال کے چاروں طرف ولی پیٹ کر
اوپر کی طرف ہوتا ہے اسکے بعد اسکے ایک چھٹے تھہری اور ۱۶-اچھے لابی فلاں کی ٹپی نال پر
کرکے کرپیٹ کو نبض فبوط بنا دیا گے یا جو کچھ ٹانک دیکھا تے تاکہ ادھرا اور ہر سر کئے فیساے
لیکن چھیال ہے کہ پیٹ پر نیا دھڑکا نہ شہر ہے۔ ہندوستان میں نال پر ولی
او۔ فلاں بان۔ ہناریا۔ نیرہ بیعن۔ ہنے کیونکہ بیمان موسم کرم رہتا ہے لیکن نال کے
نزدیک پائی کی تھی۔ ہناریا ہے اسکے کہ جب تک نال نہ بہرست اوسکو ٹب میں
غسل ہے۔ سے صوف تیل باکر بہت کو پونچنا کافی ہو گا، بچے کو غسل دیئے جیں گیال۔
کہ میا چھتے کہ نال پر پانی نہ پڑنے پاۓ اسکے بھیج جانے سے سظر جانے اور
اور بد بوبیدا ہونے کا احتمال ہے اگر بالکل شک رکھی جائے اور ہوا جو بچا ہے
تو پچھتے یا اٹھوئں ون تو زندگی کروٹ جاتی ہے پوٹڑے باندھنے کا عدمہ طریقہ
یہ ہے کہ روئین دار طاکم تو لیس کا چوٹا روماں اس صورت کا



بنائے کر باندھنا چاہتے اور بندہ دن میں ایسی گردہ لگادی چاہتے پر فرورت کے وقت خوراک محل سکے، یا سیفیٹی پن کرو یا جاہے لیکن یہ اختیاط رکھی چاہے کر دن و نون طانگوں کے درمیان رو مال کی دیانت زیادہ نہ ہو جائے ورنہ بچوں کے دنوں کو لھٹے زیادہ چیزیں کوئی آئین گے برخلاف اسکے اگر کوئی ٹھوں کے اوپر بہت اس کی رو مال باندھا گیا تو رو مال آگے کو ہو جائیگا اور ٹھوں میں لکھا۔ پہلے ہفتے میں جب کے لئے صرف فلاں کی چوڑی قیص اور ایک کمبیل کی ضرورت ہوتی بہ جیعنی چیز پیش دیا جائے، پن اگاتے وقت یہ بڑی اختیاط رکھنی چاہتے کہ اسکی نوک لٹکی ہوئی نہ رہے، اسٹے سیفیٹی پن کا استعمال ٹھیک ہے۔

غندک کا کپڑا سو اگر لانا بنا ہوتا ہے اور دو ہر اہوتا ہے بچہ کو اس پر لٹکا کر غندک کر دیجاسے مگر بچہ کامنہ کھلا رہے باقی پاؤں وغیرہ بپیش دے جائیں اور سیفیٹی پن لگادی چاہے۔

بارش اور جاڑوں میں فلاں گرمی میں وہرے لٹھے کے قین غندک بناؤ چاہیں تاکہ روزانہ صابون سے دہلتے رہیں ہمارے ہندوستان میں غندک باندھ جانے کی زیادہ ضرورت نہیں یہ ترکیب بریلے ٹھوں میں ادبیہ دری ہے۔

ایسا سادہ اور ڈھیلا بیاس ہو موسم کے لحاظ سے موٹے یا پاریک فلاں کا بنایا جاتا ہے، بہت اچھا ہوتا ہے کیونکہ ایسے بیاس ست بچہ کو تکلیف نہیں ہوتی دوسرے یہ کہ مان بھی انسانی کے ساتھ اسکے اندر ہاتھ لیجا کر بچہ کے جسم کی

کیفیت معلوم کر سکتی ہے بچے کے پھونے پر ایک چٹو ٹامہا پچھے بچما کرو دلائی اور ہا
دیجاتے اگر سر ماکا موسم ہو تو چٹو ٹامہا صاف اور ہا کر چاروں طرف سے دبادینا چاہئے
لیکن نہ سر پر ایک بار ایک کپڑا اخرو اور ہانانا چاہئے تاکہ پچھے کا چہرہ مکھی پھر سے محفوظ
رہے بچے کا سر اوس طرف رکھنا چاہئے جد ہر آنکھوں پر وشنی خپڑے، آنکھوں
سر سہ بھی لگایا جائے لیکن سر مرہ غاص اور سادہ بست بار ایک پسما ہوا ہونا چاہئے
تاکہ آنکھوں سے میل و رہر جا بلکہ بورک لوشن Boric lotion سوروزانہ آنکھوں کو صاف
کرو دینا چاہئے بیٹھے اور پر سے پونچھہ دیا جائے تاکہ سر مرہ صاف ہو جائے اور جو
میل آنکھوں سے خاکیت دہ کامل طور پر صاف ہو جائے۔ پورک لوشن نہایت
انتیاٹ سے بنایا جائے، لوشن بنانے کا طرف نہایت صاف اور پھیپھی کا ہو۔

پچھے کے ملبوسات

تھوڑے دنوں کے بچوں نوزادیہ بچوں کے لئے مختلف قسم کے
لباس کی خروت ہو گئے اونی کپڑوں کو بھاری فلائلین اور سوتی پہلوں پوٹے بنے ہوئے
کپڑوں پر ترتیب ہے۔

ضروری فرمست ملبوسات

۱۶

کرتی فن طالین	صردری فلائلین	کرتی سوتی	پا جامہ سوتی	پا جامہ سوتی
پا جامہ فلائلین یا ایشی یا حاص				
پا سماں اور اونی	پا جامہ فلائلین	۱۲	۲	۲
۲ درجن		پا جامہ برائے شب	رد مال خرد	۳ درجن
		ٹوپی	ٹوپی	۴ درجن
		ٹوپ فلائلین	۶ عدد	

کیفیت معلوم کر سکتی ہے بچے کے پھونے پر ایک چوٹا نہا پچھا کرو دلائی اور رہا
دیکھ اگر سر ماکا نہ سم ہو تو پھٹا سالخاف اور ڈھانکر چاروں طرف سے دبا دینا چاہئے
لیکن تنهیہ ہے ایک باریک پٹڑا افسر اور ڈھانکا چاہئے تاکہ بچہ کا پھرہ مکھی مجھ سے محفوظ
رہے بچے کا سراو سطرف رکھنا چاہئے جد ہر آنکھوں پر وشنی نہ پڑے، انکھوں
سرمه سی لگایا جائے لیکن سرمہ خاص اور سادہ بست باریک پسا ہو اور نہ چاہئے
تیکر آنکھوں سے میلن ورہ جائیکے پر کلش Boric lotion سو روزانہ انکھوں کو تھا
کرو دینا چاہئے لیخت اور سے پوٹھہ دیا جائے تاکہ سرمہ صاف ہو جائے اور جو
میں آنکھوں سے خاکے دہ کامل طور پر صاف ہو جائے۔ پر کلش نہایت
انتیاط سے بنایا جائے، لوشن بنانے کا طرف نہایت بھاف اور حیثی کا ہو۔

بچے کے ملبوسات

تمبوڑے و نون کے بخدر نوزاٹیہ بچوں کے لئے مختلف قسم کے
لباس کی ضرورت ہو گلے اونی کپڑوں کو بھاری فالائیں اور سوتی پھول بٹے بنے ہوئے
کپڑوں پر تربنچ ہتے۔

لفڑی فہرست ملبوسات

کرتہ فٹلائیں	کرتہ سوتی	حدمری فٹلائیں	پا جامہ سوتی	پا جامہ فٹلائیں یا لیٹی جامہ
پا سسہ اولیٰ	۱۲	پا جامہ سوتی	۳	پا سسہ اولیٰ
۲ درجن	۴	رد مال خرد	۵	۲ درجن
	۵	ٹوپ فٹلائیں	۶	
	۶	حدود	۷	۳ درجن

ان سے جلد کو گرمی پہنچتی ہے اور آزادی کے ساتھ پوجہ سبک ہونے کے
با تھہ پاؤں چلا سکتے ہیں جو انکی ایک قسم کی ورزش ہے۔

ہندوستان میں اکثر بے پھوڑے پہنچنی میں بتلار ہتے ہیں اور ہر وقت
حرارت رہتی ہے وجہ یہ ہے کہ ناموزون اور غیر مناسب لباس پہنائے جاتے ہیں
بعض لوگ انگریز فرشین کی تقلید میں گردن پر بہت دینہ چھٹیں کر دیتے ہیں کرتے نہیں
او جسپت ہوتا ہر جسکی وجہ سے پھیپھڑوں کو اچھی طرح پھیلنے کا موقع نہیں ملتا۔
دن میں پہنے کر جائیں خوبصورت نگہ کرو املا رحمہ کا کہنا کایا ریک ایشی پھر وون کے
ہوسنے چاہیں رات میں پہنے کا لباس بھی اونی ہو ناچاہتے اور اگر موسم بہت گرم ہو
تو بلا آستین کی اوپنی قیص پر ٹکے پارچہ کا جامہ شب میں استعمال کرنا چاہئے جاڑے
کے موسم میں روئین دار ملائم تو یہ کے اوپر فلاں کا پوچھ کو مریخ رو مال اور
کے پیٹھ دیا جائے اوس کو دہرا اور ۱۸۔۱۹۔۲۰ مریخ ہونا چاہئے،
ہماری معاشرت ضرورت اور حالت کے لحاظ سے ہندوستان کی پڑے ہی
موزون ہیں لیکن یہ خیال سب سے مقدم رکھنا چاہئے کہ لباس ایسا ہو جو سر وی
اور گرمی کی تکلیف سے بچائے اور اعضا کو آزاد رکھے۔ ہمارے یہاں اکثر لباس
نگہ ہوتا ہے جس سے بچوں کی نشووناپر اثر ٹڑپتا ہے پا جامہ بچوں کے لئے چیلک
بنایا جاتا ہے نہایت موزون ہے پائیچنگ نہ رکھے جائیں اور کمپنڈ ڈھیسا
باندہ بجا سے بعض اول اسقد کس کر باندہ ہتے ہیں کہ کمر پر لشان پڑ جاتے ہیں۔

کرتا بھی ڈھیلارہنا پڑتے خصوصاً گریبان اتنا ڈھیلا ہو کہ آسانی سے پھٹ جاسکے نہیں کہ پھنساتے اور آثارتے وقت بچ روتا اور چلاتا رہتے پائجامہ میں رومالی جسکو اکثر لوگ آب دست کی دقت کے سبب سے نہیں لگاتے صندور ہونی پا ہے بعض والدین ٹھپپے دار بھاری بھاری کام کی ورنی اور ننگ ٹوپیان پھنساتے ہیں جسکی وجہ سے پیشانی پر انشان پڑ جاتا ہے یہ بہت مضر میں اور سر کو نقصان پور پختاں میں۔

موسہم سرما میں بچوں کو موڑہ ضرور پھنسانا چاہتے ان کو بغیر موڑوں کے رکھتا نہیں مضر میں جس پیروں چلتے تھے پھنسانا بھی ضروری ہے لیکن دلوں بھیزین ڈھلی ہوں۔ پوتڑ سے پھلیا اور سہا پکے ایسے کپڑے کے ہوں جو پا خانہ پیشاب کو جذب کر سکیں اور بچوں کے بدن کو گرم رکھیں۔

جب بکان سے باہر جائیں تو گرمی ہو یا سردی ہوتے کی تاکید رہتے شنگ پاؤں نہ رہنے دین، ابتدائی دو تین ہفتے تک دودھ پینے کے بعد پیشاب کرنے کے لئے اوٹھانا چاہئے اور روزانہ صبح و شام آہستہ آہستہ پیٹ مل دیا جائے یا صابون کی تیکی گاوم ملنکیا بتا کر امعاک کو مخرج میں رکھ دی جایا کر ہے لیکن شافہ کی عادت ہیک نہیں ہو شہد کنکنا پانی یا شکر کا شرب بہت یہم گرم پلانا کافی ہوتا ہو یا نتوڑ اسکیسٹر کل چٹا دیا جائے یا عرق با دیاں میں شہد چٹا دیا جائے۔ املاس کی گھٹی جو رائج ہے کبھی کبھی بہت نقصان کرتی ہے۔ شیر خشت وغیرہ سے بھی بچ ہو جاتا ہے۔

بچ کے کھٹوے کا گلہ المھوار سے کے بالون یا شیش رنگوں کا ہونا چاہتہ
اوپر موم جامس پھار ہے بچ کو غلطیدہ سلانا چاہتے کھولے کھلے کے ایک جانب
ایسے موقع سے بچانا چاہتے کہ پچھہ کو سرد ہوا نہ لگے اور نہ وہاں صبح ہو۔
وہوپ آتی ہو۔ وہوپ سے یون ٹوانہ والا نقش نہ رہتا ہے بلکہ اپنے بائی نے
کرنوں سے بچ کے آرام میں تخلی پڑتا ہے اور نیز آنکھوں کو نقصان پہنچاتے
ہیں جانب سے یوا کے جو نکلے زائد آتے ہوں وہ ایک پروڈوالہ بیچاڑا ہو
یعنی اوسکے ساتھ ضروری ہو، کہ آمد و رفت کا انتظام رہے۔ باش کو ہم میں
باہر کی جانب کی کھڑکیاں بند کر دینی چاہیں اور جن اصلاح میں شب کو پشت
کی فرورت ہوتی ہے وہاں پنکھا آہستہ آہستہ چھلا جاوے تاکہ ہزار یا دوسرے ہوئی پاو۔

اجابت

نوزائیدہ پچون کی پہلی اجابت میں سبزی مائل سیاہ رنگ کا سارا ماہ
خارج ہوتا ہے جسکو ولادت کے پارہ گھنٹے کے اندر خارج ہو جانا چاہتے، اگر
ولادت کے وقت یہ مادہ کچھ خاب ہو گیا ہے تو یقیناً کچھ نہ کچھ وقت سے
اجابت بھی ہو گی ایسے پچون کو جو قبل از وقت پیدا ہوتے ہیں اکثر دو دن میں تین
وہن کے بعد اجابت ہوتی ہے ابیجالت میں کیٹا ٹریل Castor oil وغیرہ بخیج
مفید ہوتا ہے۔ ابتدائی تین وہن کے اندر ایک وہن اور ایک رات میں تین
یا چار مرتبہ اجابت ہوتی ہے چوتھو وہن سے اجابت کا رنگ زرد ہونا شروع

ہو جاتا ہے اور شل پیلی رائی کے ہوتا ہے تو سین بوجوئی ہے وختی۔ تو زائیدہ بچون کی پہلی مرتبہ جو مادہ خارج ہوتا ہے وہ ان کے لئے بہت مقید اور صحت بخشندا ہے، اسکے ولادت کے تین روز کے اندر ہر گز ہرگز کیمسٹری مل پچ کو پلانا نہ چاہئے، اسکے خارج یونے پر پچ کو جو ٹھیکانے لگیں، اور جو دہ یا کسی دوسری غیر مناسب قدر کو پلاکر بچنے کی تسلیم کرنی ہوگی، اگرچہ بیس گھنٹے کے اندر اندر مادہ خارج نہ ہو تو دھنے ہوئے صاف کپڑے کی بھی بیانی جائے اور اوسکو گرم پانی میں غوطہ دیکر اطمینان کر لیا جائے اور اسکا شافعہ کیا جائے یعنی صابون اور انڈے کی سفیدی اور تھوڑا پیسا ہوا نمک ملا کر بتی پر لگایا جائے۔ اگر تند رست پچے روئین تو نکننا بانی پلا دیتے سے خاموش ہو جاتے ہیں لہذا ایک پوتل مقطور مانپنی یا عرق سولف یا بیٹ ایڈ و اٹر water antacid رکھتا رہتا ہے پاس کھتنا چاہو جبکہ رسم تو ایک پلا دینا چاہئے جو قدر تر یا و گرم ملک ہو گی اوسی قدر زیادہ پانی کی حاجت ہو گی زیادہ پانی پلانے سے بچون کو قبض نہیں ہوتا اور اسہال میں بھی بہت منید ہوتا ہے اور بچون کی قوت بھی لکھنے نہیں پاتی۔

بعض بچون کی اجاہت پر تو سی ٹپکرے کے لکھنے بڑتے کا اثر بہت ہوتا ہے موسم جب یا یک گرم سے ٹھنڈا یا خشک سے نم ہو جاتا ہے تو بچون کو بنرنگ کا دست آتا ہے اور جہنڈہ وستان جیسے ملک میں ماون کو لازم ہے کہ موسمی تغیر

و تبدل کے اثرات سے غفلت نہ کیا کریں حالت قبض میں تصوری آنکھ اور پیشہ
نہ کرنا چاہئے۔ بخلاف اسکے اگر اجابت تصوری ہوا، و راوی میں آنکھ زیادہ
آجائے تو بلاشبہ اندریشہ ناک ہے، جو پیشہ کی ابتدائی علامت ہوتی ہے
جب اجابت مٹی کے رنگ کی ہو اور پانی کی طرح پہلی دلخشنی ہو تو ہنسی کی علامت ہو
پیشہاب

بچہ جب پیدا ہوتا ہے تو عموماً اوسکا مشانہ پیشہاب سے جدا ہوتا ہے اور
پیدا ہونے کے چند مکھنے بعد بچہ پیشہاب کرتا ہے۔

پہنچنے اور شیاری اور خیال سے دیکھ لینا چاہئے کہ اوسکے
پیشہاب آسانی سے ہوتا ہے یا نہیں۔ اور اگر فلاٹ آسانی کے ساتھ پیشہاب
ہونے میں مانع ہے تو اسکو ڈھیلا کر دینا پاہئے فلاٹ کے ڈھیلا کر نیکیت
و دوسرا یا تیسرا ہفتہ مناسب ہوتا ہے

اگر مشانہ پہلا ہوا رہا اور پیشہاب نہ خارج ہوا تو ہمیں اور وہ کے علامات
بچہ ظاہر کرنا شروع کر گیا ایسی حالت میں کرم پانی میں سفن یا کپڑا اپنے ڈرکٹ پتے اور شانہ پر
رکھنا چاہئے اور اگر کلیت زیاد ہو اور پیشہاب اس سے جنی نہ آتے تو بچہ کو ارم
غسل دینا چاہئے اس سے بچہ بیشتر بہبی میں پیشہاب کر دیتا ہے اور یہ کمین ہبائی اور
گراس سے بھی افع نہ ہو تو ڈاکٹروں بالا گز کر کر شیدہ کے اور یہ سے پیشہب کیوں نہیں پہنچے۔

لئے ایک آرٹیشن کی محلہ کی محلہ سلانی کے

ایجوا اور تدبیر و اکثر بتا سے اوس پر عمل کرنا چاہئے۔

بچہ کی جلد

نو زائیدہ بچوں کی جلد بہت پتلی اور ملائم ہوتی ہے اور رنگ گھرا سن ہوتا ہے یہ رنگ جلد پالا کر گلا بی ہو جاتا ہے ابھیون کا رنگ زرد مائل پس منخی ہوتا ہے اور جلد پر باریک ملامم روئین ہوتے ہیں جو جلد چڑھاتے ہیں۔

قبل از وقت مولود کی جلد کا رنگ سرخ ہوتا ہے تند رست بچوں کی پلکوں اور دوسروی جگہ پر چپٹے چپٹے داغ ہوتے ہیں لیکن رفتہ رفتہ خود بخود غائب ہو جاتے ہیں، جلد کے نیچے چپٹے چپٹے سرخ دھیخے خون کی شرائین کا پیٹ جانیے نہوادار ہو جاتے ہیں وہی عارضی ہوتے ہیں لہکا کچھ خیال نکرنا چاہئے اگر یوں ہوں درختیاں ہوئے بعد چند نشتر لگانے سے زامل ہو جاتے ہیں۔

بہت سے نو زائیدہ بچوں کی جلد بہت خشک بجھری دار اور چپٹے نہیں سخت ہوتی ہے اور یہ علامت خدا کی خرابی کی ہوتی ہے۔

ایسے بچوں کو کسی حالت میں پانی سے غسل ہرگز نہ دینا چاہئے بلکہ جلد کو دودھ سے صاف کرنا چاہئے اور روزانہ رونگ زیتون خوب بدن میں لانा چاہئے یہاں تک کہ مثل تند رست بچوں کے جلد معلوم ہوئے لگے اور انگلیوں سے چوٹی میں ملامم اور چکنی معلوم ہو۔

بعض بچوں کے سر پر اوسی پیدا ہو جاتی ہے۔ یہ ایک قسم کی خشک شدہ رطوبت

ہوتی ہے جو غیر صحیح جلد سے خارج ہو کر نشک ہو جاتی ہے رونگٹیوں۔ با رونگن با دام سر پر خوب دبانے اور بوسنا و ٹکلیسین کی اپنی طرف امش کرنے سے پھر نہیں پیدا ہوتی۔

کثیف مکانات میں رہتے اور لذت ہست جوشیم کے جلد میں دائل ہو جاتے پھون کے سر پر باغا (تنه) جنم جاتی ہے اسی کی پاش میں ہم گستاخ تک انکائی بل اور تمام سر پر اپنی طرف رونگن ہیوں پتھر یا جانتے اور تیل میں اپنے اسکریک ہوشیاری کے ساتھ باغا اور کھنڈ کو کال لیا جاتے اگر چنانچہ ان دونوں تو پاریک کپڑے کی ٹوپی پر گندک کا مرہم چلا کر سیاہ کنایا پایا ہے اور روزانہ پدلنا چاہئے اگر نوزائیدہ بچہ کمر و راورہ پلا پیدا ہوا ہے اور اونکار نگ مائل یہ نزدیکی ہے اور اوسکی ہتھیلیوں اور تلووں اتنی دہتی ہیں تو یہ حالت اندر بیشہ ناک ہے اور قوراٹ اور کسر کو دکھانا پا ہے کبھی کبھی یہ سرخ و پتختہ شیشہ اور پاسخانہ کے مقام پر کئے ون اور کئے ہفتون کے بعد نہ دار ہوتے ہیں ان کا تو قصے ظاہر ہونا خالی از خطرہ نہیں ہوتا اگر بچے کی بجان بچانی ہو تو قوراٹ اکڑ کو دکھانا پا ہے

ایک صولی اور اخلاقی احتیاط

ہندوستان میں یہ ایک عام سمجھا ہے کہ بچے کی پیدائش کے بیت تاخڑہ

اور اقرباً کو بلا یا جاتا ہے اور یہ رسم ایسی ہو گئی ہے کہ اگر اوس وقت اونکو نہ بلا یا جائے تو وہ بہت بُرا مانتے ہیں۔ اور اس رسم کی بنیاد یہ علوم ہوتی ہے کہ زچگی کے وقت چونکہ عموماً دو کی ضرورت ہوتی ہوا سیلے عزیزیوں کو بلا لایا جاتا ہے اور یہی سبب ہے کہ اسوقت کے نہ بلا لئے کی شکایت اس طرح کی جاتی ہے کہ حب سہکتو تکلیف کے وقت نہ بلا یا تو اب ہمین تقریب میں آنے کی کیا ضرورت ہے اور اصل یہ رسم اور یہ شکایت بالکل جا ہو لانے قریب کے عزیزیوں کو فروbla تا چاہیے کیونکہ وہ وقت حقیقتاً تشویش، امید و یہم اور تکلیف کا ہوتا ہے اور اسکے ہونے سے بہت کچھ تکمیل اور سہارا مل جاتا ہے، لیکن آتیوالیوں کو اتنی تمیز ہونی چاہیے کہ بلا ضرورت نہ چہ کے کمرہ میں نہ جائیں شروع اور افراد حامن کریں جہاں حرف قابل ادراک و ایسی عورتیں ہوں کہ جن سے زچ بنتے تکالیف ہوں یہ بات ڈاکٹروں کے مشورہ سے مکھتی ہوں کہ وہنی وہ تک نہ چہ کے تزویک مجمع نہ ہونے دیتا چاہیئے اور قسم کی کامل حیاتی اڑھوئی چاہیئے اوسکے استعمال کی تمام چیزوں صفات اور ڈس انفکٹ ہوتی ہیں مبتدا و مبتدا کے زیادہ مجمع سے اندازہ رہتا ہے کہ مرض حرم اوس کمرہ میں داخل نہ جائیں پھر اسکو آرام دینا بھی ضروری ہے اور اسکو زچ کی کمالیت مکمل سکون اور راحت اور خاموشی کی ضرورت ہے جو ان جو لوگ گھر کے ہوں اور کام کرنے اور مدد چینے کے قابل ہیں جیسے سائنس و مدد ویرانی جیھاتی مان جہن نافی دادی، چیخی، چپی، بہت ہی قریب کے عزیز اگر جو ایں آئیں تو مضافات نہیں کیوں نکر دے درست قائم کیا

مذہنگی لیکر وہ بھی جس کا مکار جائین فوراً کر کے باہر چلی آئیں اور خود بھی صفائی کا پورا الحاق کر دیں
 کمرہ میں حرف ایک یا دو عورتیں نجپ کے تزدیک خاموشی کے ساتھ بیٹھے ساتھی ہیں یہ دو باتیں ہیں
 جو اگر خصیقت معلوم ہوتی ہیں لیکن نجپ اور بچپ کی آئینہ نہستتی پر بہت بڑا اثر ڈالتی ہیں۔
 عام طور پر بچپی ایک سحر سی ہو گئی ہو کہ ولادت کے بعد عورتیں ساری بیویوں کیلئے آتی ہیں
 رو رانہ اڑ دھام ہوتا ہے اور اسکے نیوالیوں کا اصرار یہ ہوتا ہے کہ نجپ اور بچپ کو دیکھیں بچپ کا
 تو ایک بات ہو کہ ہمارا ایک نیا ماہان آبائی اسکے دیکھنے کا اشتیاق ہو وہ ایک نعمت ہو
 جو خدا نے عطا کی ہو خوشی سے اور قرف خوشی سے اسکے دیکھنے کو جویں جاہناہو بیکن نجپ کے
 دیکھنے کا اصرار بچپہ میں نہیں آتا یہ تو وہی نجپ ہو کہ جیسا کہ ہزار مرتبہ دیکھا ہے ،
 پھر جب اسکے پاس جاتی ہیں تو گھنٹوں بیٹھ کر ادھر ادھر کی باتیں کرنا چاہتی
 ہیں اور جو نجپ ہمراه ہیں وہ علیحدہ شور غسل سے پر ایشاں کرتے ہیں اور غریب نجپ
 لحاظ کے مار سے کچھ نہیں کھتی مگر دل ہی دل میں کٹ رہتی ہو ، جس گھر میں یہ
 سسرت ہو وہ اگر غریب گھر ہو تو خواہ گھروں سے کچھ نہ کہیں لیکن اونکو مہمانہ
 کی تکلیف ہوتی ہو اسیلے اگر ایسے موقعہ پر ان تمام باتوں کا لحاظ رکھا جائے
 تو خود اُسی عزیز کو آرام ملیگا جسکی محبت سے اسکے گھر جاتے ہیں ، سمجھدار اور
 بیرونی لکھی عورتوں کو اپنا یہ فرض بھینا چاہیے کہ وہ ایسی زمدون میں جو تکلیف کا
 باعث ہیں اصلاحیں کریں ،

بابِ وم

بچے کی غذا

قدر قی رضاعت دو وہ چھڑانا
قدر قی رضاعت

قدر قی رضاعت میں سب سے پہلے مان کی احتیاط و پرہیز کی ضرورت ہے اوسکو تازہ زود ہضم اور سادہ غذا خواہ گوشت ہو یا ترکاری یا موسی سچل اعتمال کے ساتھ کھانا پاہنچائے زیادہ گوشت اور وہ بھی بغیر ترکاری کا، اگر مخصوصاً پر تکلف غذا، کاپر، سلاو، بیجی کی ترکاریاں، دال، اور ہر قسم کی غذا جو ڈب میں آتی ہے، اور تیز چارسے، کافی، اور شراب وغیرہ سے پرہیز کرنا پچائیں یہ بات پہلے بیان کردی گئی ہے کہ نوزائیدہ بچہ کو ابتدائی و درد تک بہت تھوڑی غذا کی حاجت ہوتی ہے اور یہ تھوڑی غذا مان کے پستان سے جو پہلا دو وہ اُڑتا ہے بچہ کو پوچھتی ہے اور یہ غذا کیا بلحاظ بچہ کے یااضمہ کے اور کیا بلحاظ اوسکی ضرورت کے بہترین غذا ہوتی ہے، یہ امر تسلیم شدہ ہے کہ بچے کی اول عمری اور خصوصاً پہلا سال نہایت ہی توہہ کا مستحق ہے، پیدا ہوئے ہی بچہ کے پھیپھیے بالٹکفت ایک نیا اور ضروری فعل کرتے ہیں،

لیکن ہاضمہ دو سال کی عمر تک اونکی زندگی کا معمولی فعل نہیں ہوتا وہ جو خصم کرنے کے بھی بھی روٹی کھانے کے وقت تک کازماں بچپے کے واسطے صحیت کا زمانہ ہوتا ہے۔ لیکن بچہ اس حد پر پہنچ کر زندگی کا ایکست تقلی و درجہ اختیار کر لیتا ہے اور گواوسکی آئندہ نشوونا تو بھکر کی محتاج ہے لیکن جان کا وقت نہیں رہتا، اس حد پر پہنچنے سے پہلے بچہ کو بڑھی بڑھتی شکلات کا سامنا کرنا ہوتا ہے، سال اول کے بعد بچہ کی زندگی میں ہر ماہ کا اضافہ موت کے خطرات کو کم کر تاہم ہوتا ہے، اس کتاب کی غایت صرف یہ ہے کہ اس امر کو واضح کرے کہ بچوں کی پرورش میں چون ہموں احتیاط کی ضرورت ہے۔

حتی الامکان مان بڑی بچے کو وودہ پلا کے کیونکہ یہ طریقہ سیکڑوں خطرات اور رکھا لیف سے بچات کا باعث ہوتا ہے اور فطری خدا کا لامعا و نہ سببی سے بڑھی احتیاط سے بھی پورا نہیں ہو سکتا، علاوہ اس غذا اور جوش و یہے ہوئے سادہ پانی کے دوسرا کوئی چیز بچہ کے سامنے یا سُکھنے نہ پہنچائی جائے نہ کوئی شربت نہ مرکبات، نہ رونگن (یعنی چکنائی وغیرہ) نہ کھانائی اور نہ کوئی دوادی بجاے خلاصہ یہ کہ کوئی چیز بلاڈ اکٹر کے حکم کے کبھی نہ دیجاءے، ولا دت کے بعد اول ۲۴ گھنٹے میں تین مرتبہ چند قطرے و وودہ کے او سکے پہیٹ میں جو جاتے ہیں وہ نہ صرف غذا کا کام دیتے ہیں بلکہ میں کا اثر کر کے آئون کو صاف کر دیتے ہیں لیکن ان گرسی وجہ مان کا دودہ نہ دیا جائے تو بچہ کو تھوڑا کیسٹر oil Castor oil دیدیا چاہئے

جو صرف انگلی سے تالوپر منہ کے اندر لگا دینا کافی ہے۔

شب میں بچہ کو دس بجے سے پانچ بجے صح تک سونا چاہئے اگر اس کی
عادت ابتداء ہی سے ڈالی جائے اور اس درمیان میں چھاتی سے نہ لگایا جائے
تو آئندہ ہیل کر مان بہت سی تکلیفوں سے بچ جائیگی، ممکن ہے کہ ابتداء عادت
ڈالنے میں کچھ تکلیف ہو اور پرپرات کو ہاگ اولٹھے اور رونا شروع کرے ایسی
صورت میں ایک چھپ کر ناس پانی پلا دیت اور نیچے کار و مال بدل دینے یا دوسرو
کروٹ سلا دینے سے بچہ پھر سوچتا ہے لیکن یہ عادت ڈالنا مشکل ہے تاہم
جب تک بچہ روزے نہیں شب میں اوٹھا کر دو دوہ نہ دینا چاہئے الگ بچہ جلد
اوٹھے تو اس کو پاتنی یادوں والٹر یا اور اسی طرح سب فراج و خفرت
عرق و نیڑہ دیکر یا بھلا کر کرنا چاہئے چار گھنٹہ سے کم میں دو دوہ دینا بچہ کی
تمددستی کو خراب کرتا ہے، اس لئے اس بچے پھر چار گھنٹہ بعد ۲ بجے پھر
چار گھنٹہ بعد ۶ بجے دو دوہ دینا چاہئے اس سے زیادہ شب کو نہ دیا جائے
جس قدر بچہ اوقات معینہ کے ساتھ دو دوہ پہنچ کا عادی ہو جائے اوسی قدر
اچھا ہوتا ہے لیکن دو دوہ یا تھاکی مقدار پر بچہ کے لئے یکسان نہیں ہوتی شکلاً
ایک تمددست اور ضبط بچہ زیادہ دو دوہ پہنچ کا اور زیادہ عرصہ کے لئے
فارغ ہو جائے گا۔ بمعا بلہ ایک کمزور بچے کے جو کم دو دوہ پہنچ کا کیونکہ اسیں کم
دو دوہ ہضم کرنے کی طاقت ہے۔ دن میں بچے دو دو گھنٹہ کے بعد آسانی کو دو دوہ

پینے کے عادی ہو جاتے ہیں ابتدائی مرتبہ صحیح ۶ بجے اور آخری مرتبہ شب میں ۱۰ بجے
پلانا چاہئے اور شب کی دوباریان چھوٹ دینی چاہیئیں اور بچھ جب تین ماہ کا ہو جائے
تو تین تین گھنٹے کے بعد دو دو پلانا چاہئے چھ تھے میں میں اکثر بچھ صرف پانچ ہی بار
دو دو پلانے سے مطمئن رہتے ہیں بچون کو شب میں آنکھ کھنڈا سو نایا ہے پانچویں
میں کے بعد تدرست بچھ کو دن میں چار مرتبہ دو دو پلانا کافی ہوتا ہے۔

اگر کوئی بچھ پندرہ بیس منٹ میں دو دو سے سیرہ ہو جائے اور اسکے بعد
بہت جلد اوسکو استھانا معلوم ہو اور پینے کی حالت میں بچیں تو کہروے
اور اجابت بھی باقاعدہ ہو تو اس سے بھر لیا چاہئے کہ مان کے دو دو کی لہت
اور مقدار قابلِ الحینان ہے۔

دو دو پلانے کے بعد بچون کو سالاد دیا چاہئے ایک ان بعض عورتوں کا قاعدہ ہے
کہ وہ دو دو پلانے کے بعد بچن سے کھیتی ہیں اور بعد ازاں کھوار دیں بلکہ سالاتی ہیں
اسکا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ دو دو اپنی طرح ہضم نہیں ہوتا اور صدھ میں خراش پیدا
ہو جاتی ہے اگر مامیں اپنے بچون کو ان کالیف سے محفوظ رکھنا چاہتی ہیں تو اوقات
معینہ کے خلاف دو دو نہ پائیں اور تردد نہیں پرچم کرنے کے لئے دو دو ہیں
باقاعدہ پروش کی اہمیت ہمیشہ پیش نظر رکھتی چاہتے مان اور بچھ دونوں کو فائدہ
کے لئے یہ نہایت ضروری ہے کہ پابندی اوقات کی غافت ڈالی جائے، اگر بتہ کو
ابتداء سے پابندی اوقات کا عادی کیا جائے تو اس زحمت سے جو کسی مان کو اکثر

ایام رضاخت میں اوٹھا ناپرتوں ہے اور جس کا اوسکے جسمانی
اور اعصابی قوت پر زیادہ اثر پڑتا ہے محفوظ رہ سکتی ہے یا اوس
زمحت میں کمی ہو سکتی ہے۔

بص اوقات بچے ہضم میں فتور ہونے اور ریاح کا خلیہ ہونے کی وجہ سے بھی
رو یا کرتے ہیں جس قدر زیادہ اور چل بلد پچھو دو دپلا یا جاتا ہے اوسی قدر اوسکے شکم میں
زیادہ درود ہوتا ہے اور ہضم میں فتور آ جاتا ہے اور آخر کار متلی ہوتی ہے اور درست
آن لگتے ہیں بچے تو درکار اگر زیادہ عربوا یعنی خلاف اوقات خدا کھاتے رہیں تو
اس قسم کی تکالیف میں بچلا ہو جاتے ہیں ، بعض بچوں کو شروع میں دودہ ہضم
نہیں ہوتا اور بلاکسی خاص وجہ کے رو یا کرتے ہیں لیکن دودہ اگر پانہ می سے
پلا یا جائے تو اب تپنے سے با خصم درست ہو جاتا ہے اور سکایت رفع ہو جاتی ہے ، دودہ
پلانے کے قبل یا اختیاط بھی رکھنی چاہئے کہ دوب دودہ پلا یا جائے تو پہلے پستان کے
سر کو گرم پانی یا پورک لشun Boric lotion کو دہولیا جائے اور جب دو دپی پچھو تجھ کا
تمہارے ایک صاف اور ملائم کپڑے سے جو سفید اور بغیر کاف کا ہو غوب پونچھ دیا جاؤ
تاکہ دودہ کا کوئی اثر باقی نہ رہے اور اگر پلانے کے قبل بھی یعنی کیا جائے تو بت
اچھا ہے دودہ پیٹ کے بعد اگر پچھ کو قی ہو جائے تو سمجھنا چاہئے کہ دودہ میں
چبی کا جزو زیادہ ہے ایسی حالت میں قبل دودہ پلانے کے ایک پچھو نقطہ پانی
یا لامم وائر لیمن water کا پلانا چاہئے تاکہ دودہ میں حاشیہ کو ہضم میں دوسری اگر ہر چز

دودہ پلانے کے بعد بچہ کو باختر کے سارے چھمے عرصہ تک بٹایا جائے تو ریاح خارج ہو جاتے ہیں اور تنخ شکم کی مکملیت کا اندازہ نہیں رہتا۔ گندہ ڈیون کے پاس پستان میں جمع شدہ دودہ سے بھی بعض مرتبہ بچہ کو متلی ہو جاتی ہے اس صورت میں پلانے کے قبیل دباؤ کر یا آکل شیرکش کے فریجہ سے اوس جمع شدہ دودہ کو قریباً دو چھپے بھرنا کالدینا چاہتے۔ اگر بچہ کی پیدائش سے چند ہفتے قبل ہی سے پستان اولکلوں یا وس کی۔

Eau de l'ologne or spirit lotion

کے پانی سے دھونی جایا کرے تو اوس کے پکنے کا اندازہ نہیں رہتا اس طرح بورک لوشن *Boric lotion* سے بھی دھونا ملکیہ زمانہ رضاعت میں ایام شروع ہو جانے سے مان کا دودہ بچہ کو نامطاقت ہوتا ہے لیکن بچہ کو غذا کی ضرورت ہے اسلیے مناسب یہ ہے کہ گا کے دودہ میں ہموزن پانی ملا کر بچہ کو پلا یا جائے اور اس عرصہ میں دودہ کش شیشی سے مان اپنا دودہ نکالتی رہے تاکہ خشک نہ ہو جا جب ایام سے فراغت ہو جائے تو پھر اپنا دودہ پلانا شروع کرے۔

لیکن زمانہ ایام میں بھی اگر کم مقدار میں دودہ پلانی رہے یعنی اگر دن میں آٹھ مرتبہ دیتی تھی تو ان دونوں میں چار مرتبہ پلا کیسی صورت میں دودہ بچہ والی شیشی کی ضرورت نہ گئی البتہ اگر بچہ کو کسی وجہ نقصان پہنچتا ہو تو

ہوتا لکل بند کر دیا جائے اور بعد فراغت ایام پلایا جائے گا اس کے دو دہ پلانے میں دو دہ کی اختیاط اور شیشی کی صفائی کا بہت زیادہ خیال رکھنا چاہئے۔ لختہ ایا پکا ہوا دو دہ ہرگز نہ دیا جائے ہمہ تر تازہ دو دہ بتا کر دینا چاہئے۔

شمار و اعداد سے صاف ثابت ہو گیا ہے کہ بمقابلہ مصنوعی رضاعت کے فوائد رضاعت بچوں کے لئے زیادہ مفید ہوتی ہے اور اس کا اثر بچوں کی نشوونما اور عام تندیتی پر بہت اچھا ہوتا ہے، اسلئے صحیح ابجٹ اور نازک ماڈن کو بھی گرفتار طور پر نہیں تو اسیں چار میٹنے تک کچھ ستر کچھ دو دہ پلانے کی کوشش ضرور کرنی چاہئے اور اگر دو دہ کافی مقدار ہیں تو ہوتا ہو تو شیشی سے بھی دو دہ پلانی ہیں لیکن ایسا کسی ذکر جو کہ ایک ہی وقت میں اپنا دو دہ پلانے پلاتے شیشی کا دو دہ پلانے لگیں۔ اگر ایسا ہوتا ہے کہ ماں کو دو دہ پلاستیک سے پندرہ میں سنت بھی نہیں گزرتے کہ داوی نافی کی پکار شروع ہو جاتی ہے کہ بچہ کا چیٹ نہیں بہتر تاشیشی کا دو دہ پلایا جاؤ بیان اس جاہلانہ حکم کی تعمیل کے لئے مجبور ہو جاتی ہے اول تو دو دہ کی کمی اور زیادتی کو مان ہی خوب سمجھ سکتی ہے جو اپنا خون پلاتی ہے انا۔ ددا۔ نالی۔ داوی کو کیا معلوم دوسرے اوپر تلے انسان اور جاثور کے دو دہ دینے سے سخت نقصان کا احتمال رہتا ہے۔

دونوں قسم کے دو دہ پلانے میں کم از کم و گھنٹہ کا وقفہ ضرور ہو ناچاہئے۔ ماں کے مان کا دو دہ کم ہے لیکن چار گھنٹے کے وقفہ میں سمجھی اور ترا آتا ہے۔ اگر اسیں بھی کمی

ویکی ہاوے تو چھہ گھنٹیہیں مان کا دودہ دیا جائے اگر دودہ صنیعی، اور ایک مرتبہ
مان کا ہو تو نیجی دفعہ کافی ہوگا لیکن یہ خیال رکھنا چاہدہ کہ مان جتقدر یہیں دودہ پا ایکی
اسی قدر دودہ کی پیدائش کم ہوگی، اسلئے مان کے دودہ پلانے میں ہم گھنٹے سے
زیادہ وقت نہونا چاہئے، ایسی حدودت میں جب کہ مان خود یہ خیال کر کے کیرے
دودہ سے ہم گھنٹے کے بعد بھی یہ کاپڑت شہین بہتر تا تو اسکو اپنا دودہ بالکل
چھڑا دینا چاہئے اون ن عمر لڑکیوں کا جوتیرہ یا چودہ سال کی عمر میں مان بن
جاتی ہیں پہلوٹی کے بچے کو دودہ نہ پلانا ہی مناسب ہے کیونکہ وہ خود پر کو طور پر
مان بنت کے لائق نہیں ہوتیں اون تھے اعضا میں کمزوری ہوتی ہے، اور دودہ
کثرت سے ہوتا ہے جس میں پلانے سے اور بھی زیادتی ہدایاتی ہر بچہ مان کے
سرے پر سے طور پر نکلے ہوئے نہیں ہوتے اور کم عمری کی وجہ سے ایسے
کاموں میں فطری طور پر الگسا ہوت ہوتی ہے اسلئے سرداں کے پیشے کا اور کمزوری
رسہتے کا اندریشہ ہوتا ہے جو سخت خطرناک ہے جو مائیں چاہتی ہیں کہ ایک
سال تک بچوں کی پروش ایخودو دے سکریں اور دودہ بھی خوب ہو تو انکو لا ازم
ہے کہ چار پانچ میئن تک گھر سے باہر نہ چاہیں بلکہ آرام کیا کریں اور ہر قسم کی
محنت اور سخت ورزش سے بچ پر بیرون کریں۔

بہت سی عورتیں چار میئن کے بعد دودہ پلانے سے معذور ہو جاتی ہیں بلکہ
اونکی محدودی کا بہت بڑا سبب ورزش اور محنت ہے

تکان، گرفتی یا پریشانی اور اضطرابی حالت میں دودھ پلانے سے بچپہ چھپڑا ہو جاتا ہے اور اوسکے مزاج میں صندسپیدا ہو جاتی ہے بعض اوقات صرف اسی باعث سے بخار ہو جاتا ہے جو ملک ثابت ہوتا ہے۔

میں نے کسی اخبار میں دیکھا تھا کہ ایک عورت جو اپنے بچپہ دودھ پلانی تھی اسکا شوہر پر دایبیں میں تھاں لگا کہ تار آیا کہ اوسکا یا کیا ایک انتحال ہو گیا عورت کو شوہر کی موت اور اپنی بے واریش کا سخت صدمہ ہوا اس صدمہ کے باعث رونے پئیں گے اور اسی حالت میں بچپہ کوہی دودھ پلا یا اوس بچپہ کو بخار پڑھا اور "کنوشن" Convulsion میں بنتا ہو کر مر گیا۔

تنہی پسکے کے نازک احتساب اور جسم پر مان کی قلبی حالت کا عکس پڑتا ہے جس قدر زیادہ قلبی یا جسمانی محنت مان کریں ہے اوسی قدر مان کے دودھ میں اچکنائی کم ہوتی ہے۔

دودھ اگر گھٹنا شروع ہو گیا ہے تو اوسکے بڑھانے کی بہت میں تدبر یہ ہے کہ چند روز آرام کیا جائے اور ہر قسم کی محنت اور مشقت اور قلبی ترددا اور لغکرات سے پرہیز کرنا چاہئے۔

بعض وقت جب کہ مالین یہ وہیتی ہیں کہ ہمارے دودھ کم ہے تو قسم کی عطا میون کی دوسری زیادتی کے لئے بیتی ہیں اور بالعموم ایسے نسخے بوڑھی عورتیں

یتاتی ہیں اور ایسی دواؤں سے پچون کوئہ سان ہوتا ہے اور یعنی وقت ماؤں کو اپنی جان کے لاءے پڑ جاتے ہیں۔ اسکے متعلق ایک شخص نے کہا ہے کہ ایک آسودہ حال بی بی جو نایت محبت والی ماں تھیں با وجود یکہ وہ ایک انکی جگہ دو دو افغانی کہ سکتی تھیں لیکن پچون کی تذریثی اور فائدہ کے واسطے انکی دلی توشی تھی کہ وہ خود اپنا دو دوا پئے پچون کو پلاٹین پہلوٹی کے وقت انکے دو دو کثرت سے ہوا لیکن کچھ تو بد احتیاطیوں کی وجہ سے اور کچھ سروں میں تخلیف ہونے کی وجہ سے وہ دو دہ نہ پلاسکین اندیشہ یہ ہوا کہ دو دو کی زیادتی کے سبب کے کیمین پک نہ چائیں اسلئے وہ خماد استعمال کئے گئے جو ایسی حالات پر لگائے جاتے ہیں جن سے دو دو خود بخود تھیر جائے اور زیادتی سے رگوں میں بچے لیکن دو دو کی کثرت تھی اور وہ خشک نہیں ہوتا تھا اسلئے داکٹر نے بھی خشک بیان کی کوئی دو اپالائی جس سے دو دو خشک ہو گیا جب دوسری اولاد ہوئی تو پا بوجود یکہ دو دو کی کمی مگر مان نے نو پلانا شروع کیا لیکن غریب پرہیزیہ بزرگوں کی خلیل ترقی تھی اور وہ جاہل خادمات جو خود ان یوں کی کھلا ایمان تھیں ہمیشہ حجیج کیا کرتی تھیں۔

یہ بھی ایک بصیرت ہے کہ ہندوستان میں شرم چیا کی وجہ سے بھوئیں ساسوں کے اور بھیان ماؤں کو سامنے زیادہ خل نہیں دیتیں اگرچہ یہ شرم چیا پسندیدہ بات ہے لیکن نہ اس درجہ کے وہ اپنی تکلیفوں کا احتمال جی نہ کر سکیں

بزرگون کو بھی ایسے مو قuron پر اونکی تخلیف و حالت کا خیال رکھنا چاہئے تاک نبیری سی
تخلیف کے وہ شرم و چیاق ائمہ رہ سکے۔

غرض ان بی بی کے لئے روز بچ پنج تھی تھی کہ مان کے دودھ کم ہے، اور
بیسی ہی مان اپنی گود سے بچہ کو علیحدہ کرتی مسئلہ آدھ گھنٹہ گذرتا کہ دودھ پلانے کیلئے
انماں گو دین ویدیا یا جاتا اور پھر ان کے دودھ پر ایک گھنٹہ تک اکتفا کر کے مان کو
دیا جاتا خدا خدا کر کے اس طرح پانچ ہینٹے گز رے، پاسٹی ہوئی، اب کیا تھا
اپنے گو یا پسکی روزہ کشائی ہو گئی، اتنا اور مان کے دودھ پلانے میں جو گھنٹہ آدھ گھنٹہ کا
وقت ہوتا تھا وہ بھی جاتا رہا اور اوسکو مان جان کی کھلائی نے جو سوچت
بچہ کی کھلائی تھیں، اراروٹ سالوادتا درگاہ کے کے دودھ سے اوس وقت کو پورا
کرنا شروع کر دیا مان کو اولاد کی پرورش کا پہلا تجھر پہنچا کیونکہ پھلوٹی کا بچہ اپنی
شمائل میں پل رہا تھا جیسا کہ اکثر خاندان میں ہوتا ہے۔ بچہ کا باپ زیادہ دودھ
یا اراروٹ وغیرہ دینے کو منع کرتا تھا تو گھروالے یہ کہکر کہ مرد بچوں کی پرورش
کیا جائیں طالدیتے تھے اگر زیادہ تاکید ہوتی تھی تو کھلائی خادمہ چوری چوری اپنا
کام کرتی تھیں بچوں کی سخت خراب ہوتی جاتی تھی و بچہ کھلایا جاتا تھا جزو بد نہیں
ہوتا تھا، ہرے ہرے دست ہوتے تھے، انا امان ہمیشہ چورن پہاکتی تھیں
بچہ کو سماگر وغیرہ دیا جاتا تھا غرض نوماہ تو اس طرح گذر گئے پھر دانتوں کا زمانہ
لے جب بچہ پاؤں کو سمارٹ کر لے جائے تو کسی لیکار اسکو چھٹا لئیں اور اعزاز افریکی دعوت کی جاتی ہے۔

آیا سہاں وہی کثرت غذہ اکی حالت رہی بچہ بھی اسکے عادی تھا ذرا فرا
میں غذہ اکا طالب ہوتا تھا آہستہ طبیعت پھسل ہونا شروع ہوئی گیا رہوں مہینے
ایسا شدید بیمار ہوا کہ خدا ہی نے بچا پا ، دست ہیوٹی اور بخار کی آپسے حد تھی
خرچ تین ہفتہ کی طرح لگر سے زندگی تھی جو نئی گیا بکسی وجہ مان و وہ پڑھنے
تھی اور اندا و وہ پڑتی تھی اوس غریب کو کہا لیاں جیرا ایسی غریبی تھی تھیں کہ وہ ہر یہ ہو
وستون کی ضرر ہیز ہر قلاد ہو کر تو کسی چھوڑ نہیں جبو ہوئی آخوند اجڑا کو اسے دوسری
انہا بلائی گئی اوسکے و وہ ہی تھا مجبو اپنے کا و وہ چند اور یا کیا اور وہی ہموں تھا
اراروٹ وغیرہ کی رہی جو و وہ پیٹ کے حالت میں تھی ، خدا کے فضل سے
پکو کی تندستی اچھی ہو گئی پہ دوسرافر تند ہوا جس کو مان نے خود دو وہ پلا یا ادا
انہا برائے نام رکھی گئی چند اشخچ جوا طبا کے بتاؤ ہوئے تھے نوش کئے و وہ بھی سچی
ہو گیا اور یہ سے خیال میں و وہ کے بڑتے کی بڑی وجہ یہ ہوئی کہ صرف مان ہی نے
و وہ پلا یا اور وہ احتیاطیں جو اس زمانے میں کی جاتی ہیں عمل میں لائی گئیں بتک
یتیجہ یہ تھا کہ پچھے ابتداء ہی تندست اور قوی رہا ۔ ساتویں مہینہ کھٹکیں وہت
نکل آئے اور انہا دکا ہو کر پاؤں چلنے الگا جب تک طبیب کی بتائی ہوئی وہاں
پہن کوئی اتفاق ہمان نہیں ہوا لیکن ایک روز ایک حورت نے ایک لامعلوم الاسم جبرا
لاکر دی اور یہ کہا کہ اسکو پیکر ایک تولہ پھٹکری اور و وہ کے ساتھ پیا جائے
گرچہ وہ اچھا تھا بچے کا پیٹ بہرتا تھا ، لیکن غریب نے پہلے بچے پر ساس نہ دک

طرح طرح کے طعنے سے تھے، اور یہ بات جسکو عام طور پر سب عورتیں چاہتی ہیں کہ دودہ کے کم ہونے پر ہماری ہندوستانی بیسیاں کیا کیا کہتی ہیں، آئینہ دودہ کم ہونے کے ڈر سے غیرت والی بی بی نے ان چیزوں کا پینا منتظر کر لیا۔ گریسی پر ظاہر نہ ہونے دیا لیکن چونکہ عقلت تھی جب ایک تولہ پھٹکری دیکھی تو عقل نے یہ ہدایت کی کہ آج صرف ایک ماشپی کرتجہ پر کیا جائے، اس وقت شوہر بھی گھر میں موجود نہ تھا، دوچار روز کے واسطے کہیں پلاگیا تھا پیٹے کے ساتھ ہی غریب کو اسقدر قت ہو لیں کہ انتہا نہ رہی، کوئی سورپ نوبت پہنچی ہوگی تسلی تمام شام تک قت بند ہو لیں، گھر کے لوگ سب جیران تھے کہ ماجرا کیا ہے۔ خدا خدا کے آرام ہوا مگر چیندر وزنک طبیعت بہت مضمحل رہی۔

اسی طرح اور ایک مرتبہ سرس مولی کمانے سے دودہ تو بیٹک زیادہ ہو گیا لیکن اس شدت کا زکام ہوا کہ غریب پریشان ہو گئی اس شال کو پیش تظر لھکر ہمیشہ عورتوں کو چاہئے کہ طبیب یا ڈاکٹر کے مشورہ سے دو اکھا لین اور بھی عطا کی دو اتنے کرننا چاہئے، دیکھو اگر وہ تولہ پھٹکری کمالیتی تو غالباً اوسکی جان ہی جاتی رہتی۔

غذا کا اثر بھی مان کر دودہ پر بہت ہونا ہے اور اوسکی اصلاح کر لینے نہ ہو دہ کی مقلا اور تاثیر پڑ رہ جاتی ہے، اور " والت ایکسٹرکٹ" (Walt Extract) ازٹسی اور دودہ استعمال کرنے سے دودہ بڑھتا ہے، غذا میں کسی خصوصیت کی نہ رہت۔

نہیں، البتہ عام احتیاط شرط ہے ویرایی جائزون کے لئے۔ پیاز، کرم کلہ اور تیز مسالو دار چٹ پٹ کھانوں سے احتیاط کر کھانا چاہئے جو تردد اور جسم میں نشاستہ کا جزو زائد ہو ممکن کی نہ اسپت بہر کر کھانا چاہئے، لیکن اوسی تک کہ معدہ ہضم کر سکے۔

چونکہ دودھ پلانے والی مان کو پیاس زیادہ معلوم ہوتی ہے اسلئے پانی زیادہ پیاجاتا ہے، لیکن پانی کی احتیاط بہت ضروری ہو، پانی صاف اور خالص ہو اور ہمیشہ یاد کھانا چاہئے کہ جو پانی احتیاط کے ساتھ صاف نہیں کیا جاتا اور استعمال میں آتمے وہ نہایت مضر ہوتا ہے، توہا کچھ بھی خرچ، اور کتنی ہی محنت کیوں ہو صاف پانی استعمال کیا جائے، تھاؤن کے لئے جوش دلے ہوئے اور فلتر کئے ہوئے پانی کی سخت ضرورت ہے اور اس امر کی بھی احتیاط کرنی چاہئے کہ وضع حمل کے بعد ٹھنڈا پانی نہ دیا جائے۔

پینے کا پانی ہمیشہ صاف کنوئیں، بہت ہوئے پشے یاد یا سے حامل کیا جائے وہ مٹا سے جو پانی لیا جائے اوس میں بھی احتیاط کرنی جائے اکثر کناروں پر جو پانی اٹھ جاتا ہے وہ نہ لیا جائے روان پانی لیا جائے۔

اوون کتوں کا پانی جن میں پتے وغیرہ گر کر سڑتے رہتے ہوں قابل استعمال نہیں ہوتا، بہر حال پانی کے نقصانات دور کرنے کا طریقہ سب سے پتھریہ ہے کہ اوس کو جوش دیکر فلٹر کر لین۔

لکڑائی کی گھڑوں پر اوپر تملے مٹی کے تین گھڑے رکھے جائیں اور پر کے گھڑوں کو
صاف کوئی سے آدھا بھروسہ نیچے کے لصفت گھڑے میں دریا کی صاف کی ہوئی ریت
بھری جائے۔ تیسرا گھڑا پانی کے لئے خالی رہتے، اوپر کے دو گھڑوں کی پنڈتی
ایک ایک سوراخ رکھا جائے اور پانی کو اوپر کے گھڑے میں بھروسہ دین جو فلتر ہو گیا ہو
نیچے کے گھڑے میں بھر جائے گا ان گھڑوں کو سوراخ وار چینیوں سے ڈھانکیں میں
اس طریقہ سے پانی ٹھنڈا، اور خوش ذائقہ بھی رہتا ہے اور جوش کرنے سے جو
بد فرگی پیدا ہو جاتی ہے وہ بھی جاتی رہتی ہے۔

دو دو مہینے کے بعد یا تو ان کو ٹلوں کو بدل ڈالیں یا صاف کر کے وہوپ میں
سلکھائیں، اور پھر استعمال کریں، چھ سو ہفتہ بعد ریت اوپر سے بکال ڈالنی چاہئے
اور تین مہینہ کے بعد ریت بدل دینی لازم ہے، لیکن زیادہ محتاط آدمی اس قدر اختیا
اور کرتے ہیں کہ گھڑوں کو جلد چلد بدل لئے رہتے ہیں، اور ریت ہر دو سو سے تیسروں
بوش دیجاتی ہے، اور کو ٹلوں کو اچھی طرح دو کا کیا جاتا ہے، اور پانی کو پنگنیت
آف پوتاش Potash of permanganate ایڈ سلفورک Alpheric acid میں
اور تھوڑی سی سلفورک ایڈ کا رہنے کا طریقہ اور یہی قسم تسمیہ کے بہترین فلٹر ہے
ہیں لیکن ان طریقوں پر ہی لوگ کاربند ہو سکتے ہیں جو اسیہ اور
تیس میں، غبیون کے لئے تو یہی اختیا طلاقی ہے کہ پانی چھان کر صاف اولعی

برتن میں جوش دیکھنے والیں اور مٹی کے گھٹوں میں رکھیں، البتہ گھٹوان کو روزانہ دہلوالیا جائے تاکہ تلی میں جو کچھ گرد گئی ہو وہ صاف ہو جائے، اور تیرے پر چوتھے دن ان گھٹوں کو سوندھالیں اور جہاں تک مکن ہو جلد جلد گھٹوں کو بہ لئے رہیں۔

جو ماں میں گائے وغیرہ کا دودھ پیتی ہیں اونکو دودھ کی اتنی مقدار استعمال کرنی چاہئے کہ دوسری غذا ترک نہ ہو جگہ اور جس بیانو کا دودھ پیا جائے اوس کی نسبت پہلے سے اس امر کا اطمینان کر لینا چاہئے کہ وہ بیمار تو نہیں ہے اور اسکے رہنے کا مقام صاف رہتا ہے یا نہیں، اور صاف طریقہ سے احتیاط کے ساتھ ہو جاتا ہے یا نہیں، ورنہ اسکی خرابی مان کے دودھ پر بھی اثر ڈالیگی، جو بچے کی صحت کے لئے سخت مضر ہے، بچے کے لئے مان کے دودھ سے بہتر کوئی غذائیں ہے دوسرے قسم کے دودھ اور غذا کا مقابلہ کسی طرح شیرماوسے نہیں ہو سکتا جو قدرت نے بچے کے لئے بنایا ہے، اور صرف اوسی میں وہ تمام طبی عمل اس موجود ہیں جو نواز و صحت قائم کرنے کے لئے ضروری ہیں، مان کا دودھ ہمیشہ یکسان نہیں رہتا اور تھا اسکا کوئی ایک معیار قرار دیا جاسکتا ہے، مان کی غذا اور بچے کے نمو کے لحاظ سے اس میں تدریجی طور پر تغیری ہوتا رہتا ہے اور پس مان کے دودھ میں ایسے اجزاء شامل ہوتے ہیں تیکی خودرت پکون کو ہوتی ہے پر نکد غذائیں بدلتی رہتی ہیں اسلئے بچے کے ہاضمہ پر اونکا اثر اچھا پڑتا ہے اگر کوئی مان

ویہ و داشتہ ا پنے بچے کو ایسی نعمت سے محروم کرے جس نعمت کو کہ قدرت نے
بدرجہ غایت احتیاط اور ہوشیاری کے ساتھ خاص کر اوسی کے لئے بنایا ہو
اور اوسکے بنانے میں ضروریات کا پورے طور پر حافظ کر لیا ہو، اور بچے کو تکلیف
یا یہماری ہو جائے تو چندان تعجب نہوتا چاہئے۔

ماں کو خود فیصلہ کر لینا چاہئے کہ وہ دودہ پلانے کے قابل ہیں یا نہیں،
اور نہ ماں کو واپسیون کی راے پر چلنا چاہئے، اکثر دلیمان محسن خوش کرنے کیلئے
یا رضاعت کی مشکلات سے بچانے کے لئے کمدیا کرتی ہیں کہ دودہ بچے کو موافق
نہیں ہے، اور تر غیب دلاتی ہیں کہ دودہ پلانا ترک کریں، صرف تجربہ کارڈ اکٹر
یا طبیب اسکا فیصلہ کر سکتا ہے کہ رضاعت سے بچے اور مان کو کہاں تک نقصان
ہو سکتا ہے، عقلمنڈ اکٹر یا طبیب سب سے پہلے ہوشیاری کے ساتھ اون خال
حالتوں پر خور کرے گا اور کوئی شکر لیجاؤ کر جو خراہیان مان کے دودہ پلانے سے
پیدا ہوں اونکو دو کر دے۔

آنکا دودہ

اگر کسی وجہ سے طبی اصول کے مطابق قبل و لاوت ہی ڈاکٹر یا طبیب کی رہیں
مان کا دودہ بچے کے لئے مناسب نہ ہو تو لازم ہے کہ نوان عجینہ شروع ہوتے ہی
داہ مقرر کر لی جائے اور کم از کم ہفتہ عشرہ قبل اوسکو اپنے یہاں رکھ کر اوسکی خدا

لباس، ورنش وغیرہ کی نگرانی اور احتیاط شروع کر دیجائے۔
غموگاً دود پلانے والی آٹا آسانی سے مستیاب ہو جاتی ہے، اور باوجود کسی
ستم کے بھی آٹا کے دودھ سے اکثر بچے بمقابلہ گائے وغیرہ کے دودھ یا کسی دیری
غذا کے بہت زیادہ مولے ہو جاتے ہیں اسی آٹا کے اختیاب میں ہوشیاری سے کام
لینا چاہئے۔

آٹا کا بچھے تدرست ہو، پھوڑے پھنسیان نہون، اور او سکا بچھے اپنے
بچے کے ہم عمر ہو یا کچھ بڑا ہو، اوس کے اپستان بڑے ہون اور وہ لٹکھوئے
تھے ہون، اور دودھ سے ایسے بھرے ہوں کہ فردا بننے سے دودھ نکلے ہے
اور اگر وہ کسی پیالہ میں تمثیلی دیر کے لئے رکھ دیا جائے تو او سکی سطح پر ملائی جنم
جائتی ہو۔

آٹا کا جسم پھوڑے پھنسی وغیرہ سے پاک ہو، اور او سکا منہ کھوکھ دیکھ لینا چاہئے
کہ واثت اپھے اور زبان، مسٹرے صاف ہیں یا نہیں، اگر او سکو متقر کر لیا جائے
تو روزانہ غسل، اور صاف کپڑے پر بد لئے کی تاکید کرنی چاہئے اور ہر وقت اور حکم
کھانے کے وقت او سکی نگرانی ضروری ہے، دودھ اور پھل اور دیگر تر کاریاں اسکو
خوب کھلانی چاہیں، ورنہ مضر اور لقیل خذابیں چلتے کھانے کی ذہ عادی ہے،
کھاتی ہریکی۔

یہ بھی خیال رکھنا چاہئے کہ آٹا اچھی ذات کی، باسلیقة، اور باعفت ہو، اور

او سکی اولاد یا شوہر کو کوئی بیماری ایسی نہ ہو جسکے اثر سے وہ بھی آکروہ ہو، یہ بھی دیکھنا چاہئے کہ امراض متعدد یہ میں تو بتلا نہیں ہے۔

پونکہ دودہ کا اثر بہت ہوتا ہے اسلئے صورت کا بھی خیال رکھنا چاہئے، اور انسان کی صورت او سکی سیرت کا بھی پتہ دیتی ہے کہ معنی پود صورت خوب را اگرچہ بعض وقت یہ اصول صحیح نہیں رہتا تاہم کثرت پر تذلل کہتی چاہئے، اسی لئے حدیث شریعت یہ میں آیا ہے کہ ”آنایں رکھوا جھی ذات کی، خواص صورت، جوان، حقیق، اور عقیفہ“۔

دودہ چھڑانا

دودہ چھڑانے کا کوئی خاص وقت مقرر کرنا غلطی ہے، لیکن کم سے کم ایک سال اور زیادہ سے زیادہ دو سال کا زمانہ عموماً ہوتا ہے، دودہ چھڑانے میں بہت سی باتوں کا خیال ضروری ہے۔

بچہ اگر بیمار ہو، یا گرمی کا موسم ہو تو دودہ نہ چھڑانا چاہئے۔

پھون کے دانت رفتہ رفتہ نکلتے ہیں لہذا دانت نکلنے کے بعد جزو مانہ آرام کا ہوتا ہے اوس وقت دودہ چھڑانا چاہئے، دودہ رفتہ رفتہ چھڑایا جائے۔

ایک ماہ کے بعد ہی سے ایک شیجشی میں بہت تھوڑا دودہ، اور زیادہ پانی

بھر کر بچے کے منہ میں روزانہ الگ نامچاہنے، اس طرح پر ریڑ کی گھنٹہ سی نماٹوپی سے دودھ پینے کی عادت ہو جائیگی الگ کوئی عرق نہ لے اور Dil water دیجئے تو بھی اوسی سے دیا جائے، تاکہ بچہ عادت رہے، ورنہ پھر شیشی سے پلانا شکل ہو جاتا ہے، اور ایسی تکلیف ہوتی ہے کہ الامان، بچہ جو کار رہتا ہے لیکن شیشی سکسی پینا گوار نہیں کرتا۔

پانچ یا سات ماہ کے بعد اگر ضرورت ہو تو مان کا دودھ پلانے کے قفل کو بڑھانا چاہئے، اور درسیان میں مصنوعی غذا المبری فود یا سلینس فود Allen bury's food or million's food شیشی سے پلایا جائے اس طرح مان کا دودھ کم کرتے کرتے چھڑانا چاہئے اس طریق سے جس کو مان کی ہڑک اور مان کو دودھ کی تکلیف سے بچات مل جاتی ہے۔ الگ سکسی وجہ سے آغاز ہی سے مان کے دودھ نہ ہو تو پر غذہ ایں المبری فود، کہا جائیں جو کچون کے لئے بہت اچھی غذہ ایں المبری فود Allen bury's food تین ڈبے ہوتے ہیں جو کچون کی عمر کے لحاظ سے پر ترتیب ذیل بنائے گئیں نمبر ۱۔ ایک ہفتہ سے ۲۴ ماہ تک۔

نمبر ۲۔ ۳ مہ سے ۹ ماہ تک۔

نمبر ۳۔ نومہ سے ۱۵ ماہ تک۔

بچہ کے بلا پستان کسی دوسری طرح دوہ بیٹا ہی نہیں ہے تو اوسکو بھوکا
پھوڑ دینا چاہئے، یہاں تک کہ مجبور ہو کر شیشی سو دوہ پنیگو، دوسری تدبیر یہ ہے کہ
چونسی کی گھنٹی پر روزات سیلسن فوٹ ٹائم million ڈالر یا شہر لکا یا جائے اچھی تربیت والے
بچے زیادہ تخلیق نہیں دیتے اور آسمانی سے اونکا دوہ چھڑا یا جا سکتا ہے، البتہ
ایسے بچے جنکی ناز برداری بہت کی جاتی ہے، سلانے کے وقت عادتاً پانی میں
جلاءے جاتے ہیں یا جب رو تے ہیں تو گود میں اونٹھا لئے جاتے ہیں دوہ
چھڑانے کے وقت پر لیٹاں ہوتے اور دقت کرنے تھے۔

بچوں کو چونسی نہیں دینا چاہئے کیونکہ چونسی منہ میں رہنے سے جرمی امر حمل کا
اندیشہ رہتا ہے اور زیادہ تحکوم جانیسے بصفہ ہوتی ہے زیریادہ عادت ہو جانیسے اونک دا
بالکل ٹیکری ہو جاتی ہیں دوہ چھڑا یکروپ بیان کی چھاتیوں میں دوہ کی کثرت ہوتی ہے ایسی
حالت میں دوہ کم کرنے کے لئے بائیک شور و طبیب یا ڈاکٹر کوئی غذا یا دوستعمال
کرنا مناسب نہیں، خارجی تماہیر میں یہ تدبیر بہت اچھی ہو کہ پستان پر وغیرہ یا دام شیر میں
لگا کر اوپر سے ایک روئی کا گالا رکھ کر مضبوط پٹی کے ساتھ کسکر باندہ دین
یا بلاؤ و ناکپڑے پر لگا کر باندہ میں جو بہت بفید ہے اس سے دوہ رفتہ زفتہ
کم ہو جائیگا اور تین حصہ دون تک پانی اور سیال چیزوں کا کمی کو ساتھہ استعمال کیا جائے
سلانوں کے واسطے دوہ کی مدت احکام آئی سے ظاہر ہے کہ دو سال سے
زیادہ نہ پلاو، لیکن اگر اس سے کم میں چھڑا دو تو کوئی گناہ بھی نہیں بلکہ زیادہ

مدت تک دودہ پلانچا کر دے ۔

حکما کا قول ہے کہ جو بچہ زیادہ مدت تک دودہ پیتا ہے وہ امراض ہوتا ہے، انگریز نو ماہ سے زیادہ بچوں کو عورت کا دودہ نہیں دیتے، بلکہ جیس پانچ میسون کو بچوں کا دودہ چڑا کر مصنوعی غذا پر رکھتے ہیں، لیکن ایک لیٹھی ڈاکٹر کی رائے ہے کہ تینک بچے کے آٹھہ دانت نہ کل آئیں قدرتی رضا عنت کا سلسلہ جاری رہے اس میں مضمون کو مصنوعی غذابی عادت ڈالتے کے لئے دھی جایا کرے، شیشی کی عادت یعنی گیارہویں میسون سے چھڑانا چاہئے اب شرطیکہ بچہ دانتوں کی تکالیف میں بدلنا ہے اگر ہو تو استقدام صبر کیا جائے کہ جو دانت کھلنے والے ہیں کل آئیں اور بچہ کو صحبت ہو جائے جب شیشی چھڑا دیجاے تو کچھ مدت تک شب کو دس بجے کے قریب بیغرض سولت شیشی سے غذا دینا مناسب ہے تاکہ بچہ کی نیند خراب نہ ہو اور ایک مرتبہ دیدیئے میں چند ان ہرج بھی نہیں ہے ۔

جب بچہ کو آٹھہ دانت نکل آئیں تو مدرس قوڈ بیکٹ food biscuits millions یا لکھ بیکٹ milk biscuits دیدیئے کا ضائقہ نہیں لیکن ہندوستانی بیکٹ ہرگز نہیں چاہئے، کیونکہ اول توہین کے لوگ پوری احتیاط اور صفائی سے بناتے کے عادتی نہیں ہیں اور نہ کوشش کرتے ہیں دوسرا سے وہ سیدھہ کے ہوتے ہیں اور کوئی ایسا جزو اوس میں نہیں ہوتا جس سے سریع الحضم ہو جائیں، ایسے ہی محدودی دو کانوں کی ڈبل روٹی بھی ہرگز نہ استعمال ہیں لائی جائے جب تک کہ

کوئی ڈاکٹر یا طبیب اوس روٹی کے تعلق اطمینان نہ کر دے۔

ڈبل روٹی کے توں بھی بنائ کر دینا چاہئے اور توں اس طرح بنائے چاہئن
کہ ٹکڑے باریک کاٹیں اور انکو توے پر استقر سیکلین کہ اندر سے سرخ ہو جائیں
اور انکا کچاپن جاتا رہے ۴

————— // —————

باب سوم

مصنوعی رضاعت اسٹرلائزڈ پلیسٹیو رائزڈ Prosterrized

کی تکریب و دہ پلائیکا طریقہ - خالص دودہ شام دودہ بچوں کی غذائیں اندا
گوشت - چل - عام اصول - غذائیں اور اون کے اوقات -

مصنوعی رضاعت

وہ بچے بالغیب ہوتے ہیں جو مان کے دودہ جیسی نہمت سے محروم
کر دیے جاتے ہیں ، اور وہ مابین بقسمت ہوتی ہیں جو خود اپنے سخت جگہ کو
دودہ پلاکر دل کوس رور ، اور آنکھوں کو نور حاصل نہیں کرتیں ، اور افسوس کا
منقام ہے کہ فی زمانہ یہ بقسمتی اور بالغیبی عام ہوتی جاتی ہے خصوصاً متول
لوگوں میں جنہیں تھوڑا سا بہانہ لمنا پا ہے۔

لیکن یہ راستے کوئی نہیں دے سکتا کہ جس صورت میں کہ مان کا دودہ خراب ہے
اور بچے کو نقصان پہنچ رہا ہو تو بھی دیا جاسے تم مان درجہ ذیل حالتوں میں
مصنوعی رضاعت کی ضرورت ہوتی ہے۔

۱ - جب مان کے دودہ ناکافی ہو ، اور اسکی بہت سی علاقوں میں ایسی
صورت میں بچہ جنگا کر چاتی متنہ میں لیتا ہے ، مگر جب کافی مقدار دودہ کی نہیں ملتی

تو وہ رونے لگتا ہے ، پندرہوں میں بچے زرد ، چڑپڑا اور دبلا ہوتا جاتا ہے ۔
اور بھوکے رہتے کی علامتیں ظاہر ہوتے لگتی ہیں ، ایسی حالت میں غذا کی
خرابی بھیشہ بچوں کی بیماری کا پہلی خمیہ ہوتی ہے ، اس صورت میں بھر کیف دونوں
قسم کی خدا دینیں بچا ہٹے ، یعنی آدمی کے دودھ کے ساتھ شیشی کا استعمال رکھا جائے
اور میلیٹس فوڈ ڈرال food drink millions ہدایت کے موافق
بتا کر دیا جائے ۔

۲ - جب دودھ میں کسی قسم کی خرابی ہوتی ہے تو وہ درج میں خدا نہیں ہٹتا اور
اسکے استعمال سے بچے کے معده میں ایسی رطوبت ہو جاتی ہے جسکی وجہ سے
او سکے اعضا کی پرورش کے لئے کافی توارک نہیں پیدا ہوتی ، نیچہ یہ ہوتا ہے
کہ اوسکا گوشت ہلد پلپلا ہو جاتا ہے ، اور نفع اسماں ، یا قرض کی شکایت
ہو جایا کرتی ہے ۔

۳ - جب بچے کی مان تپ دق میں بنتلا ہو یا اوس میں اس مرض کا موافق
ادھ ہو ، اور کثرت سے ایسی مشاہدیں موجود ہیں جنے یہ ثابت ہوتا ہے کہ یہ
مرض آدمی کے دودھ کے ذریعہ بچے کو منتقل ہو سکتا ہے ۔

۴ - جب مان کسی اور مرض میں بنتلا ہو ، یا تندستی خراب ہونے کے بعد بچے
وہ زیر علاج ہو ، ایسی حالت میں دودھ کی تاثیر بد جاتی ہے ، اور وہ بھیشہ بچوں کو
نام موافق ہوتا ہے ۔

۵۔ جب مان کسی خاص حالت میں یا کام کی وجہ سے اوقاتِ معینہ پر
دودھ نہیں پاسکتی تو نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ اسکی تاثیر کیساں نہیں ہوتی اور اسے
بچے کو ناموافق ہوتا ہے۔

۶۔ بہب مان کا دودھ ہر میسر نہ آئے شلا ایسی صورتوں میں کہ جب دودھ شک
ہو جائے یا مان کا انتقال ہو جائے تو مجبوری ہے، اور ان حالتوں میں الحکام
خدا و رسول کی روست بھی دوسری عورتوں سے دودھ پلوانا جائز ہو گیا ہے لیکن
دودھ پلانے والی انسانیں بھی اونہیں پاتوں کو تلاش کرنا چاہئے جنکو مان میں
دیکھا جاتا ہے۔

اکثر اوقات حسبِ مرضی انسانیں نہیں ملٹشیں تو ناچار جانور کے دودھ پر گزارہ
کیا جاتا ہے، ایسی حالت میں بالحوم بچوں کو بکری اور گائے وغیرہ کے دودھ پر
یا مویز منقیٰ یا چوارے کے پانی پر رکھا جاتا تھا، یا زیادہ سے زیادہ چاول
آبال کرختک کر لے جاتے اور پھر انکو بھون کر پیکر اور چھانکر دیتے تھے جسے
بعض سخت چان بچے تو پر درش پا جاتے، لیکن زیادہ بچے محض اس غذا کی
کی وجہ سے ضائع ہو جاتے تھے لیکن اب شل دودھ کے طاقت اور نوبیٰ اکرنیوالی
چیزیں بھی یورپ میں ایجاد ہو گئی ہیں جو عام طور پر ہندوستان کی نہ لازموں میں بھی لکھتی ہیں
جیسے ملٹیپس نوڈ، الیمپری نوڈ، الیمپیکٹیشن Albulacton۔ بخیرہ استھانے کے
کرنے کی ترکیب انہی کے ساتھ ملتی ہے اور پڑھتی لکھی ہاؤں کا فرش ہے کہ ایک نوجہ

اون ہدایات کو انور پڑھ لیں ، اور جوان پڑھ ہوں وہ دوسروں سے سنکرہ نہیں
 کر لیں ، اور اوسی کے مطابق بچوں کو پلاٹیں ، مگر ان چیزوں کے بہانے
 میں بھی احتیاط کیلئے بازاری اور استمارت کی چیزوں سے احتیاط کرنی چاہئے
 کیونکہ آجکل جد ہر دیکھنے والے زمانہ میں یکم حکوم اور عطاوی و اکٹر بھرپور پڑھے ہیں
 مصنوعی کمائی کی چیزوں کو پیشہ کرائے اوسکی تعریف بالغہ کے ساتھ کہ تو ہیں
 لیکن ایسی بعض خذائین بالکل خراب ہوتی ہیں اور اگر عادتاً روزمرہ استعمال
 کیجاں ہیں تو واقعی بیماری پیدا کروتی ہیں ، اور پچھے کی نوپر ورثت میں سرماہہ
 ہوتی ہیں ۔

گاے کا دودہ اگرچہ پی طرح بچوں کے لئے بہترین دودہ نہیں ہو سکتا تاہم
 بچاسوان کر دودہ کی استعمال کیا جا سکتا ہے ۔

بیضتی سے صاف دودہ کا طبعی حفاظت سے ملنا بہت دشوار ہوتا ہے اس لئے کہ
 تھن سے برتن ہیں اور برتن سے پچھے کے پیٹ میں فصل ہوتا ہے اس دوداں میں
 کیفیت ہوا کے بے شمار جراشیم کو اون میں داخل ہونے کا پڑا سوچ ملتا ہے کیونکہ
 دودہ میں کشش اور پرورش کا مادہ بہت ہوا اون جراشیم کے داخل ہونے سے دودیں
 ترشی پیدا ہو جاتی ہے ، اور پچھے کی نوپر ورثت ہو جاتا ہے اسی لئے بزرگوں نے دودہ
 کی حفاظت کے لئے طرح طرح کے قصون میں نصیحتیں اور تاکیدیں کی ہیں ۔

اگر داکٹر کارڈن کے طریقہ سے دودہ کالا جا سے تو بلاشبہ فاسد جراشیم

پاک ہو گالیکن اسکے لئے ناہر اور واقعیت کی خواستہ بوتی ہے، اور ایسوں ماہرین کا
ابھی ہندوستان میں لمنا محال ہے۔ جرا شیم کی افزائش روکنے کے لئے خود ریتی
کرو دو کو جوش دیں لیا جا گیا اس طریقی لازم *Stralization* کر لیا جا گا اگرچہ جوش دینے سے
دودہ کے بعض غبید اور غذائی اجزائی تعلق ہو جاتے ہیں، اور اوسکے متحمل سے
بچپن مٹا نہیں ہوتا، — علاوہ اسکے گاے کے دودہ میں بنتا یہ مان کے دودہ کے
ٹھہاس کا حصہ کہتا ہے، اور نک کا حصہ استقدار زیادہ ہوتا ہے کہ بچپن اوسکے
اچھی طرح ہضم نہیں کر سکتا، اسلئے میلیش فوج، ایلبیری فوڈاس کی کو پورا کرتا ہے یہ خیال
خلط ہے کہ گاے کے دودہ سے سوکھی کی بیماری پیدا ہوتی ہو بلکہ دودہ کی بلاحتیاطی سے
سلہ سوکھی کی بیماری بھی متعدد امراض میں داخل ہے، جو ایک سے دوسرے کو لگتی ہے کیجیے
موروثی، اور کبھی آتا یہ مان کے دودہ سے بھی ہوتی ہے، اسیں پچلا غربہ تاچلا جاتا ہے، کان کی کوئی
ٹھنڈی رہتی ہیں، اور کہن ہو جاتی ہیں اور نک چاہتے کتنا ہی زور سے دباو لیکن پچھے پر اثر نہیں ہوتا
ناک بھتی رہتی ہے، پاؤں میں بل پڑتے رہتے ہیں، تالوں پیچھہ جاتا ہے، اس بیماری کو ہندیکین
جیوکی بیماری کہتے ہیں اور یہ بچپن کی دلیل ہے۔

اس مرض میں گڑ مار بڑھی تالو پر رکھنے سے قائد ہوتا ہے، ایک او بڑھی بھی ہے جس کے
پلاٹ سے کارام ہو جاتا ہے جسکو خاص خاص آدمی جانتے ہیں (یہ بھی ہندوستان میں ایک مرض ہے
کہ داکان نام نہیں بتاتے) یہ بیماری دودہ کی کثافت اور بے احتیاطی کے ساتھ رکھنے سے ہوتی ہے
نگاے بکری کے دودہ سے، ہاں اگر کسی گاے کے بچپن کو یہ مرض ہو گا اور اسکی مان کا

سوکھی ہی کیا بہت سے امراض پیدا ہوتے ہیں مان کا دودہ پینے سے مسالوں
فائدے کے یہ سب سے بڑا فائدہ ہے کہ اس قدر تی برتن میں ہر چہار جانب سے ایسا
بند کیا گیا ہے کہ کہیں سے بھی بیرونی اشرات نہیں پہنچتے دودہ فاطر ہو کر بچے کے
ستھ میں پہنچ جاتا ہے۔

اگر ایسی ہی احتیاط سے گائے کا دودہ بھی پلا یا جاسے تو گواستہ مفید نہ ہو
تاہم وہ لقصمات بھی نہ ہوں جو بیرونی اشرات سے ہوتے ہیں۔

مان کا دودہ جب کہ بچے کے معدہ میں پہنچ کر ہی بچاتا ہے اوس وقت بھی
ہلکا اور ملائم ہوتا ہے، برخلاف اسکے گائے کا دودہ ٹھیل اور زنی ہو جاتا ہے۔
اور چونکہ بچے کے معدہ میں اوسکو تخلیل کرنے اور توڑنے کی قوت نہیں ہوتی
اسلئے ہضم ہونے سے رنجاتا ہے اور معدہ اور امعاہیں خراش پیدا کرتا ہے۔
ایک دوسرے اپر افرق یہ بھی مان اور گائے کے دودہ میں ہوتا ہے کہ گائے
کے دودہ میں ایسٹ لیعنی ترشی زیادہ ہوتی ہے، اور مان کے دودہ میں شیرینی
لیکن ان اختلافات کی کسی قدر اصلاح ہو سکتی ہے، اور اگر گائے کے دودہ کو
بچے کے مزاج کے موافق کرنا مقصود ہے تو اسکی اصلاح کرنا ضروری ہے۔
اس طرزی لائزد کرنے سے دودہ کے اندر کے چراشم قباہ جاتے ہیں۔

(بقیہ حاشیہ صفحہ گذشت) دودہ پلا یا جائے گا تو بے شک بچے کو بھی ہو جائیں، اسی طرح اگر دایکے

دودہ میں یہ مادہ ہو گا تو غرور اُس سے بچہ بھی مسافر ہو گا ۱۲

اور ترش ہونے سے محفوظ رہتا ہے۔

اس موقع پر اسٹرالائز کر کیب بھی درج کی جاتی ہے۔

اسٹرالائز کرنے کی ترکیب

دودہ کو تن سے نکالنے کے بعد بلا تاخیر اس طرح جوش کمانے کے لئے رکھ دینا چاہئے کہ چوڑھے پر پانی کے برتن میں جو چلے سے گرم ہوا ہو دودہ کا طرف جس کامنے خوب بند ہو رکھا جائے اور اوپرست تم کپڑے سے ڈھانک یا جائے یا تو میں دودہ پر کرستہ پر کارک لٹکا کر ایسی بالٹی میں رکھ دو جو سچ پانی کے لپیں منت پہلے سے آگ پر رکھی ہوئی ہو، اور پانی خوب جوش کھایا ہو، اس غرض کیلئے خاص قسم کی بوتلیں بنائی جاتی ہیں جو عموماً ملتی ہیں اور وہ گرم پانی میں ٹھہر سکتی ہیں درستہ ہر بوتل نہیں ٹھہر سکتی، دوسرا سے گرم پانی سے بوتل کو نکال کر ایک دسرے ہوا میں نہ لاؤ، بلکہ آپخ سے اٹمار کر اوسی پانی میں ٹھنڈا ہونے دو یا ایک فلاں کی تسلی میں رکھ کر گرم پانی میں ٹالو، تاکہ نکالنے کے بعد رفتہ رفتہ ٹھنڈی ہو جائے اور بھی کئے قسم کے ظروف اسٹرالائز کرنے کے بازار میں ملتے ہیں اور ہر قسم کی چیزوں میں گرم کی جاسکتی ہے۔

دو حصے پانی دودہ میں ملانے سے دھی کا جز کم ہو جاتا ہے، اور پانی اور شکر ملا دیتے سے مان کے دودہ کے مشابہ ہو جاتا ہے دھی کے بڑے بڑے

بکلری و کوئین جودودہ کمپیٹ میں جنم جاتا ہے اسکے تحلیل کرنے کی باری ایڈری Barley water لائم و اٹر، سائٹریٹ آف سوڈا، بلیٹ نے اس بعترضت گرین سے دو گرین تک ہر مرتبہ دودہ میں ملا دینا بہت مفید ہے۔

باری و اٹر میں نشاستہ بہت خفیت مقدار میں ہوتا ہے، لیکن اگر اسکو ہلاکا بنایا جائے تو گاے کے دودہ میں پلانے کے لئے یہ ترین چیز ہے۔ دودہ میں پانی ملانے سے شکر اور چکنائی کا جز کم ہو جاتا ہے، اسلوٹ انکو دودہ کے برابر کرنے کے لئے اون اجز کو مناسب مقدار میں ملا کر دینا چاہئے، اس مقصے لئے دس گرین ملک شوگر ہو کر خاص شکر یہ ایک اونس دودہ میں ملا کر دی جائے انصاف کے ایک چھپے تک بالائی ہر مرتبہ ملانا چاہئے، ایک اونس گاے کے دودہ میں لائم و کاربونیٹ آف سوڈا ایک گرین یا سائٹریٹ آن سوڈا Citrate of Soda دو گرین سے اصلاح ہو جاتی ہے لائم و اٹر سیقدرت قابض ہوتا ہے اسکے پچھے کو اگر اسحال آتے ہوں تو لائم و اٹر ملا دیا جائے سائٹریٹ آف سوڈا ہر لحاظ سے بہت مفید ہوتا ہے، حالہ اسکے کہ پچھکشمیں دودہ جتنے سے رو کے یہ بھی قائد ہے کہ جوش ڈھونے دودہ میں ملا دینے سے بچے اسکروی کے مرض سے محفوظ رہتے ہیں اور مصنوعی رضاعت میں اکثر بچوں کو یہ عارضہ ہو جاتا ہے۔ سولف اور بہت ہی خفیض مقدار میں اجوان کی پوٹلی باندھ کر دودہ میں ڈال کر جوش دیا جائے تو دیکھی اکثر بچوں کو مفید ہوتا ہے۔ سولف میں ہضم اور اچاہت کو نرم کرنے کی قوت ہوتی ہے اور اجوان میں

سے روایی کے دفعیہ اور خشکی پیدا کرنے اور سیلان کے خاتمہ کرنے کی تجویز ہے۔ لیکن ابوالحسن کا استعمال موسم کرم میں کچھ بھیک نہیں۔ علوم ہوتا ہی نہ سوناف کا استعمال بھیک ہے۔

مصنوعی رعنایت میں بھی قدسی رعنایت کے اوقات کی پابندی لازمی ہے ایک سو دو واں تک ابتداءً ایک یا ٹیڑہ ماہ تک دو دو ہفتے کے بعد دو دوہ پانچ اکثر پچون کو سیری ہو جاتی ہے، شب کو اگر مس پیجے دیا جائے تو پھر ۲ بجے اور پھر پانچ بجے صحیح کو دیا جائے اور ابتداءً ازان ایسا ہفتہ کے بعد شب میں ایک یا دو بار دو دوہ کا پلانگ کر دینا چاہئے۔

ابھی ہند وستان میں عام طور پر مان کے دو دو نہ ہونے کی حالت میں کامل اختیاط جو اس باب میں مذکور ہے عمل میں لا اتا دشوار ہے اور بالتموم بکری اور رگاے کے دو دو پر رعنایت کرنی پڑتی ہے، کہیں کہیں گھری کا دو دوہ بھی استعمال کیا جاتا ہے لیکن یہ دو دوہ بہت ہی کم ميسراً تا ہے اور قیمتی ہوتا ہے مگر یہ دو دوہ عورت کے دو دوہ سے کسی قدر ہی خاصیت میں کمزور یا بقابلہ اوسکو اس میں مشہاس فلپکنی کی تقدیر کچھ زیادہ ہوتی ہے، اسلام ان میں یہ دو دوہ حرام ہے بجاے اسکے گھوڑی کا دو دوہ دیا جائے تو خاصیت میں اسی کے برابر ہے۔ اطباء کا قول ہے کہ اگر بچہ کو کھوڑی کا دو دوہ پلا یا جائے تو تچک نہیں نکلتی، بھری کا دو دوہ زیادہ چکنا ہوتا ہے اور بمقابلہ مان کے دو دوہ کے بچہ کو شکل سے ہضم

ہوتا ہے اور اسکیں بیک بھی آتی ہے اور اس سے پچے کے پیشے میں خراجمد اور آن لگتی ہے اس وجہ سے بچوں کو بہت کم دیا جاتا ہے دوسروں خرائی یہ ہے کہ یہ جانور کچھ ایسا ہے پر وادا ہوتا ہے کہ کبھی کبھی گندمی چیزیں یا اور جو کچھ بٹا ہو کہاں میلکتے اسی وجہ سے اسکے دودھ کی ترکیب اور خاصیت ہمیشہ کیاں نہیں ہوتی تاہم بکری خریب آدمی بھی پال سکتا ہے اور وہ یہ کم خوبی ہوتا ہے اسکے اگر اونکے کھانے پینے کی نکرانی رکھی جائے تو عجیبہ اور تاریخ دوستی کے کیفیت میں سیاہ ہو سکتا ہے۔

گاے کا دودھ بھی عوام کے دودھ سے خاصیت اور مرض سے ڈین جاتے ہیں ملتا جاتا ہے اور بکری اور گل بھی کے دودھ میں دریافت ہمیشہ رکھتا ہے ، اور یہ بھی زیادہ تر بچوں کے استعمال میں آتا ہے۔

بیسنس کا دودھ بھی اگر چشمکاٹ کے دودھ کے سینا بیکری و پیشہ کا اور اشیل ہوتا ہے ، بھیڑ کا دودھ بھی کبھی کبھی غفلت سے استعمال میں آتا ہے لیکن یہ نہایت سفر ہے اور قوائم پیدا کرتا ہے جو کلی تخلیق کو کسی طرف برداشت نہیں کر سکتا۔

اکثر بے احتیاط مالیں بازاری دودھ چکاوائیوں کے کڑا اور اپنے اشتار جاتا ہے اور جیسیں ہزارہا جو ایسیم پلٹے رہتے ہیں ہے ہلاکتی ہیں اور دودھ کی احتیاط نہیں کرتیں ، الیسی ماؤن کے پچھے ہمیشہ پیارہ پتھریں ہیں ۔

درصل ہوت سی بھی جانین ماون کی اس پے اختیاطی کے نذر ہوتی ہیں دودھ
کی اختیاط ایک عزیز جان کی حنا نہت کے لئے ایسی چیز نہیں کہ جسکے واسطے
تھوڑی سی تکلیف گوار نہ کیجا سے۔

ہمارے ملک میں جو طریقہ دودھ دوہ ہے اور فروخت کرنے کا ہے وہ حقیقت
ایک ایسا طریقہ ہے جیسیں اول سے آخر تک خطرہ ہی خطرہ ہے
دودھ میں کسی چیز کی آسیش کر کے بیچا تو ایک قانونی جرم ہے اور اسکی سزا
جیسیں ہے لیکن بے اختیاطی سے دوہا دوہا دودھ فروخت کرنا کوئی جرم نہیں جلا لانکر
یہ بے اختیاطی ایک ایسا فعل ہے جس سے انسان کی ہلاکت واقع ہوتی ہے۔
بالعموم گھوسمیں برتوں میں دودھ دوہتے ہیں وہ مشی کے ہوتے ہیں اور زندگی صرف
سر و بانی سے کھنکال لیتے ہیں پھر پیش یا تابے کے برتن یا ٹیکی کی وتوہی میں لا کر
اسی قسم کے پیانہ سے فروخت کرتے ہیں حلواٹی خرید لیتا ہے اور پھر وہ کھلے
کر رہا اون میں سر را ہ جوش دیتا رہتا ہے۔

اب نیال کرنا چاہئے کہ ایسے دودھ میں ہاتھوں کا، برتن کا، پیانہ کا میں
چھوٹتا ہے، اور پھر سڑک کی وہول اور گرد اوسمیں ہٹلتی ہے اور بے انتہا
مسلک جو ایسیم اپنا گھر بنا لیتے ہیں تو ایسے ناقص دودھ کے استعمال ہو پے کی
صحت کیوں نکل قائم رکھتی ہے، اسکے علاوہ اکثر ایسا ہوتا ہے کہ ناصاف پانی
بھی ملا دیتے ہیں اور اس کا علم تو کسی طرح نہیں ہو سکتا کہ جن چانور و کل دودھ

استعمال کیا جاتا ہے وہ صحیح اور تند رست بھی ہیں یا نہیں۔

اسلئے جنکو خدا مقدرت سے وہ اپنے بچے کے لئے گھر پر شیر و اربویشی رکھیں اور انکی صحت اور بیماری کا خیال رہے۔ اوجسموقت دودہ ٹھنڈوں سے نکلے اوسی موقعت سے احتیاط کر کی جائے۔

دو ہفتے وقت ہاتھ خوب صاف کئے جائیں اگر زیادہ احتیاط مانظر ہو تو گوال کو باختہ پرکلشن Boric lotion اور صابون سوڈھلاسے جائیں، اور اوس کے پڑھے بھی صاف ہوں ٹھنڈوں کو لکھنے پانی سے دبو کر صاف تو یہ سے پونچھنا پاہئے دودہ جس برتن میں دوہا جائے وہ صاف مسحجا ہوا اور قلمی دار اور گرم پانی سے دھولیا گیا ہو۔ اس کام کے لئے سب سے اچھا برتن الیوینم کا ہوتا ہے اس کامل احتیاط کے برتن علیگڑھ ڈیری فارم میں ملتے ہیں جو ایک پائٹ سے لگا کر غایا ہے (۱۰) پونڈ تک کے ہوتے ہیں، تابنے یا پیتیل کے برتن میں یا دوہری تک دودہ رکنے کے کیا جاتا ہے، اور بالخصوص تابنے کے برتن میں اگر قلی نہ ہو تو سخت سیمید پیدا ہو جاتی ہے، دودہ نکالنے کا ایک آہ بھی ایکاوا ہوا ہے لیکن ابھی ہندوستان میں نہیں آیا دودہ دوہنے کے بعد اسکو خوراکی بخش دینے کے لئے رکھ دینا چاہئے کیونکہ کچا دودہ جلد بگڑ جاتا ہو دودہ کو تراویہ جوش نہ دیا جائے بلکہ کاس بخوش دیکرا اوتار لیا جائے ورنہ وہ سخت ہو جائے گا۔ جوش دینے میں یہ احتیاط کر کیا جائے کہ راکھ اور گرد و غبار وغیرہ اکس میں

لے کرستہ، دوڑھی شد۔ سینا کو ترتیب اسالیہ دھمدا ڈوانہ پاؤں مٹھا کر کے جوش دینا
بانی ڈیکھا لجایا اور ہمیں تمہی شرپڑتے ہی پچاسے کیونکار تھے۔ دودھ کی خاافت
کس ہو چاتی ہے جوش کے بعد اوسکو پھیلی یا بلور کے بین میں با ریکٹ میں کے
پھر سے سنتے پہنچا کر تھا دودھ ہوا میں رکھنا چاہئے۔

ایک دشک بیس یعنی ستر کے دو دوہ کو صاف برتن میں ڈال کر آپ پر چڑھا دیا جائے
اوچھے اور سرپر بعلی سی آجائے تو اوسکو کسی حفاظت پرچسٹ آٹار لیا جائے
اس کے بعد دو دوہ کی پانچ سنت کے قربیں اور آٹا پر، بیٹھ دیا جائے اور پھر اگر
دوسرستہ بیٹک بین کر دیا جائے جسکے نوب جوش دیے ہوئے پانی کا ہیچی طبق
حفاظت کر لیا جائے تو پھر اسی سرپر طبقیت سے اپنرا پوچھ کم ہو جاؤ گی اور ہمیں اسے
چوچا گئی کیا کہ اور طبقیت ہی انسانست کے ساتھ دو جہہ تیار کرنے کا یہ ہے کہ پہلے
ایک دشک تک دو دوہ کی پانچ سنت کا چڑھا کر دوہ کے بانی میں دودھ کا پھیالہ رکھو
اگر دودھ کی سطح اپنے نام کے میں کھلا جو اپنے دوہ کے طرفت کو برفت یا شستہ کی پانی میں
رکھو اور ہمیں کوئی پھونک کے داشتے فوری نہیں ہے، کیونکہ اونکو ۹۷ درجیا
کروں ۹۷ درجہ پلٹا دیتا ہے،

مان ان کی کسی مرض میں بدلنا ہو اور ڈاکٹر نصہ اور دوہ تکلا سے تو ایسی روئی
برفت میں رکھنا چاہئے یعنی برف ڈال کر ٹھہڑا نہ کرو بلکہ برف میں ہر تر کم
اگرچہ بکوش کرنے سے دودھ کے خراب کرنے والے اور ہمیں

پیاریوں کے جراائم سمجھا تھا تھا لیکن اس طریقہ سے بھرپوریاں ہو گئیں۔

دو دو کا ذائقہ جاتا ہے وہ شہر کے اچھا کی مناسبت تھا یہ بین
فرق آ جاتا ہے۔ اور اوسکے ابڑا اشیل ہو جاتا تھا جو ایسیں ایسے دو دو کا
عرصہ تک مسلسل استعمال ہوا جائی پہنچ کی تندستی کے لئے مختصر ہے، کیونکہ مکمل پیشہ
اس سے اکستروالی کمزوری اور فشارخون کا سرضھ لاقع ہو جاتا ہے اسکے
ایامِ رضاخا عزت میں صحتیں ملدا پڑتی ہیں۔ پہلے سفارش کر کی جو تباہ اور قبری
جسی ہو چکا ہے زور دو گئی، پیشہ طبیکار اوسکے پوری انتہا اطوار پر کیسے ہے۔
وچھتی بیانی ہے بسیار چاہے پیشہ کر اور ملک Pakistan میں۔

بنانے کے لئے یہ فرمائی گردید (۱۹۵۰ء) میٹنی گیر (۱۹۵۰ء) Contingencies اور بے
فیں رائی (۱۹۵۰ء) میٹنی گیر (۱۹۵۰ء) میٹنی گیر (۱۹۵۰ء) میٹنی گیر (۱۹۵۰ء)
گستاخ تک پہنچائی جاتے، ایسا دو دو پہنچتے اسٹریٹریڈ میٹنی گیر (۱۹۵۰ء)
ملک کے چھوٹی بیان ہو جاتا ہے، اچھا ہوتا ہے لیکن اسکی تاریخی ویر
سیتی ہے گرم کرنے کے بعد خوراً اوسکو ٹھیک کر لینا چاہئے۔ اگر شہزادک کا معقول
انتظام، کجا جاے تو کئی روپاں، دو دو استعمال کے قابل رہتا ہے اگر نہیں
سد دی بھی پہنچتی ہے تو پیس لکھنے تک سراب شین ہوتا لیکن اس وزیر اور
پرنسپل نہ ہو جائے اسکا ملک پہنچ کر دیکھ دیجیں ہو رکھا جائے۔

پہنچن کے لئے دو دوہ تیس سو لارڈ کا یہ طریقہ ہے کہ ایک صاف بولنے میں ہر کسر اور منہ پر کسی صاف، سفید پٹھے کی ڈاٹ انگریز تابتے یا پتیل، غیرہ کے کسی کشادہ برتق میں رکھو اور دو دوہ کے سطح کے باہر اوسیں پانی برو اور کسی آسان تدبیر سے بولنے کو برتن کو پیندی سے نصف اپنے اونچا کھو تو انکے گرم پانی بوقلم کے ارد گرد اپنی طرح پھیل جائے۔ اس طرف کو چھپنے پر رکھنے ملکی آنچ اور کم از کم دس سو (55) درج مقیاس (کھڑا زین ہائیٹ) *Höhenheit* تک گرمی پہنچاہا اسکے بعد اس پر اسدار لو ہوٹل کی ڈاٹ دیکھر خوب کرہو اور بلا ضرورت ہو گز نہ کالو۔ ہان برتن کو چھپنے پر سے اتارنے کے بعد ہی فوراً اوس پر کوئی صاف گرم کپڑا آؤہ کھنٹے کیلئے پیسٹ وواو سکے بھید بوقلم کا لکر کسی سر جگہ نہ رہو۔

اگر ہر صورت میں ذہن لشین رکھنا چاہئے کہ دو دوہ کے دو ہنسنے جوش دینے اور رکھنے میں جو برتن کی تتمل ہو رہا، اونکو خوب اپنی طرح گرم پانی سے دھولیا جائے یہ بھی یاد رکھنا چاہئے کہ دو دوہ کو جوش دینے کے بعد بھی احتیاط سے رکھتے کی ضرورت ہے اور اوسکے ساتھ شیشی اور پوسنی کو بھی صاف رکھنا لازم ہے اور خصوصاً تو حسم گر رہا میں زیادہ احتیاط دکارہے، کیونکہ یہ کسی اثر سے دو دوہ ہم خراب ہو جاتا ہے اور شیشی میں بو آنے لگتی ہے اوسکو کسی سر جگہ ڈکھ کر رکھنا چاہئے تاکہ کمی اور گرد وغیرہ سے محفوظ رہے لہیاں زیادہ ترین سکا اڑائیں سے آتی ہیں اور خاک کھاد اور سسٹری ہی چیزوں سے طرح طرح کے

زہریلے جڑا تم اون میں چھپت جاتے ہیں جو دودہ میں پرورش پا کر بکثرت ہو جاتے ہیں، انکی وجہ سے اسماں کی بیماری کا اندریش ہے۔

انٹرنیشنل National کمیٹی کی طرح کی تبلیغاتی بارجہ جسمانی تسلیم بینک اس موقع پر لکھا ہے کہ بہان میں گرد و غبار حلیط چیزوں کے انتظام اور درحقیقت میں دودہ کی خفاظت کے طریقہ اور اون ترکیبوں سے بچنے دودہ استعمال کے لائق رہتا ہے عام ناداقیت کی وجہ سے خالص گائے کا دودہ بھی ضرر سامن ہو سکتا ہے۔ بڑی کشافت زیادہ تر دودہ کی مشی سے جیعن لمبی ریڑکی تلی لگی ہوتی ہے پسیدا ہوا کرتی تی جسکو صاف کرنا غیر ممکن تھا لیکن اپنے بیرونی فیڈنگ بالٹل رائج ہو گئی ہے اور اس سے یہ دقت جاتی رہی ہے۔ ایسی صورتوں میں جب بچہ کو خالص دودہ ہضم نہیں ہوتا تو اس طریقے سے اطمینان کرنے ہو سے دودہ میں ضرورت کے حافظ سے لا کم و اٹھ یا باہمی و اطریح احتیاط سے بتایا گیا ہو یقیناً خود رست حسب شورہ طبیب یاداکٹر ملانا چاہئے۔

یہ یاد رکھنا چاہئے کہ بچہ کا دودہ کی جانب سے ذرا سی بے نسبتی ہی نلا گہڑا اس بات کی دلیل ہے کہ اوسکے پیٹ میں کافی مقدار پوچھکی ہے اس لئے فروٹ اوسکے سامنے سے شیشی ہٹا دینی چاہئے اور دوسری خوبی کے وقت تک اوسکی نظر کے سامنے نہ آنے دیجاءے، کم من ماؤن کو ضرورت ہے زیادہ کھانا لے لیت ہوتی ہے لیکن زیادہ اور بار بار غذا اور یخ سے احتیاط اگر فتنی چاہئے اور یہ

بات بھی ایسی طرح نہیں کہ بینی پہاڑتے کہ پتھر کو باز پار دو دینے سے جی ویسا ہی انسان پوچھتا ہے، جب طرف نہ کہ پار ہے، یعنی انسان پوچھا
پچ کے بعد کی پیاس کا او سط سب قلیل ہے۔

پیدائش کے وقت نہ ۱۔ اولش۔ ۲۔ بڑے پچھے

عمر کے دوسرا ہفتہ میں ۳۔

عمر کے پنجمہ میں ۴۔ ۵۔

عمر کے پوتھے میں ۶۔ ۷۔

عمر کے پوتھے میں ۸۔ ۹۔

یہ یا درکھنا چاہئے کہ پچ کے مدد کا ہر وقت پرستا جاہ نہ لیں افسوس

تفہم سے کیون نہ ہو اسیقدر مضر ہے جتنا ویرضم قد الی سب امقدار پرستا انسان کرتا

و سی میں تک پچ کو دو دہ پلات کے اوقات سب قلیل اگر کے بیٹیں

تلتاہیت مناسب ہے۔

دودھ پلاؤ کا نقشہ اوقات

دوسرے دوسرے ہفتہ میں تین تک	غمک دوسرے ہفتہ میں تین تک	غمک دوسرے ہفتہ میں تین تک	پانچوں ہفتہ میں تین تک	پانچوں ہفتہ میں تین تک	غمک دوسرے ہفتہ میں تین تک	غمک دوسرے ہفتہ میں تین تک	وہ تھے ہنگامے
قبل دوپہر	قبل دوپہر	قبل دوپہر	قبل دوپہر	قبل دوپہر	قبل دوپہر	قبل دوپہر	قبل دوپہر
۶ بجے	۷ بجے	۸ بجے	۹ بجے	۱۰ بجے	۱۱ بجے	۱۲ بجے	۱۳ بجے
۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵	۱۶	۱۷
بعد دوپہر ۱ بجے	بعد دوپہر ۲ بجے	بعد دوپہر ۳ بجے	بعد دوپہر ۴ بجے	بعد دوپہر ۵ بجے	بعد دوپہر ۶ بجے	بعد دوپہر ۷ بجے	بعد دوپہر ۸ بجے
۱۸	۱۹	۲۰	۲۱	۲۲	۲۳	۲۴	۲۵
"	"	"	"	"	"	"	"
"	"	"	"	"	"	"	"
"	"	"	"	"	"	"	"
"	"	"	"	"	"	"	"
					شب کو	شب کو	شب کو
					۱ ۲ بجے	۱ ۲ بجے	۱ ۲ بجے

یہ بڑی نہلٹی ہے کہ جب بچہ فرا ریا فوراً اوسکو دودھ پلانا شروع کر دیا۔
 اگر وہ ہو کا ہو تو نہ رور اوسکو دودھ دیا جائے لیکن ہر بار وہ بھوک کی
 وجہ سے نہیں روتا اسکا انتیاز مان کو ہونا چاہتے اور اوسکو یا اوسکا کھانا چاہتے کہ
 بچہ کو ایسی حالت میں روتے پر بار بار دودھ دینا بہت مضبوط کسی وقت بچہ پر میں
 کی وجہ سے روتا ہے ایسی صورت میں اوسکو ایک چھپے بھرجش کیا ہو اٹھنے اپنی
 دینا چاہتے وس ماہ کے بعد ایک مرتبہ دن میں چوزے کا شور پہ اور دو مرتبہ
 دودھ دیا جائے لیکن تہایت احتیاط رہتے کہ اس مدت سے اول گوشہ
 نہ دیا جائے، اگر مصنوعی غذائی دلگی ہوا اور صرف مان دودھ پلانی ہو تو ایسی ہوتی
 دامت نکلنے کے بعد غذا کی عادت ہونے کے واسطے بہت ہی کم مقدار میں یہ چیزیں
 دینی چاہیں۔

کھیر، یا تمہری مشت اندھا یا خام انڈا دودھ میں بھیست کر دیا جائے اور ایک
 بسکٹ میلنس فوڈ کا روزانہ چوسا نا چاہتے، آلو کے ملاجم بھرتہ میں شور پہ ملاکر
 بھی دیا جا سکتا ہے اور روپی مکمن بھی دینے میں مصالحتہ نہیں۔

بعض بچے کم دودھ پیتے ہیں اور بعض زیادہ، تندرست بچوں کو عموماً زیادہ
 غذا کی خریدت ہوتی ہے اور وہ دیر تک سیر رہتے ہیں۔ غذا اگر بچے کے موافق ہوتی ہے
 تو وہ وزن میں بڑھتا ہے سونا اوسکے لئے بہت بعید ہے، اور غذا خوب ہضم
 ہوتی ہے، غذا کی مقدار بڑھا دینے یا اوس میں تغیری پیدا کر دینے سے بچہ کو ق-

ہو جاتی ہے۔ الگ اچا بست سبز رنگ کی اور وہی کی طرح ہو تو خدا کی مقدار کم کر دینی چاہئے
اور پانی ملکار دینی چاہئے۔

خدا کے موافق ہو تو یک علامت فیصلی میں درج کی جاتی ہے۔

وہیات	کشفیت
۱۔ بیقا لمد و یگرا جزا کے ووہ میں	۱۔ ۱۹۹۵ء پیشہ کے بعد پھر بچھے ہو کا
پانی کا بڑا زیادہ سبب اور ووہ بدنکا بیٹھ	ہو جاتا ہے۔
۲۔ ووہ زیادہ مقدار میں بلایا جاتا ہے	۲۔ پیشہ کے بعد ووہ سہیشہ گر جاتا ہے
۳۔ ووہ اور شکر بست کم مقدار میں بھائی	۳۔ اعتمال سے کم بچھے کا وزن پڑھتا ہے
۴۔ ووہ اور شکر بست کا پہلا اور درد	۴۔ پانی کا سبز رنگ کا پہلا اور درد
سکر سماں ہوتا ہے۔	سکر سماں ہوتا ہے۔
۵۔ ووہ میں خرابی اور وہیت	۵۔ تسلی نہیں ہے اور اکثر سبز رنگ کا
زیادہ ہوتی ہے۔	دست آتا ہے اور کبھی کبھی دکاربی
آتی ہے۔	آتی ہے۔
۶۔ لفظ یا قبض ہو جاتا ہے یا پیشہ	۶۔ ووہ میں وہیت کم ہوتی ہے۔
پا پا خانہ آتا ہے۔	پا پا خانہ آتا ہے۔
۷۔ وہیت اور شکر کو مقابلہ میں وہ میں جسم بھاگن والا مو	کے۔ قبض اور دست کے ساتھ سنجھ
تریادہ ہوتا ہے۔	پا خانہ ہوتا ہے۔

مشدرجہ بالا اعلامات میں سے اُمر کوئی غلامت پانی بنا سے تو نہ مذکور اصل نہ ہی کرنی چاہئے اور اگر اجابت ہمیکن ہوتی ہو تو وہ زین رنالیک ^{Extrate of soda} ہے دوسری وقت ملادینا چاہرتو، اگر اس سے نفع نہ ہو تو اُنکا پاٹھیب کی راستے سے فوراً کوئی دوسری تدبیر کرنی چاہئے، اگر اجابت پھٹی پھٹی ہوتی ہو تو اوس وقت لامک و اٹھی میڈی ہوتا ہے تین ہمینہ تک ابقدر ایک چچرے چاہ کے اور بعد ازاں ساتوبن ہمینہ تک ایک چچرے اور ایزراو کر دیا جائے، لیکن یہ خیال رکھنا چاہئے کہ اگر لامک و اٹھر کو زائد مقدار میں ہمیشہ استعمال کیا جائے گا تو اس سے امعایین خراش پیدا ہو جائیگی اور دست آنے لگیں گے۔

دودہ پلانے کا طریقہ

دودہ کی خواراک کا انداز بھی ضرور کھا جائی شلاً ایک ماہ کے بچے کے لئے تین اونص دو دوہ اور پانچ اونص پانی کی مقدار رکھنی چاہئے، اگر دیکھو کہ ہنسنہ نہیں ہوتا تو پانی کی مقدار بڑھادی جائے، پلانے سے پہلے دودہ کو ۹۹ درجہ کے گرم پانی میں کھمکھم کر لینا چاہئے یا اس قدر گرم کیا جائے کہ انگلیوں کو اوسکی گرمی خوشنگوار معلوم ہو، شیشی کشتی ناہوئی چاہئے، نہ اوسکی گردن پڑی ہو اور نہ اوسیں رہنکی ٹیوب ہو، اور نہ اوس میں پیچ و ختم ہوں، الگریچ خسم

ہو گئے تو دھونا شکل بولا اور پورے طور پر صاف نہیں ہو گی، بڑی کھنڈی میں سوراخ نہیں، بلکہ چنان بڑا سوراخ رکھنا نتھی ہوا یک ہوئی گرم کر کے سوراخ کر لیا جائے اور اگر بچہ بہت تیزی سے کھینچ کر دودہ پیتا ہو تو سوراخ پھٹا ہوتا چاہئے، اور اگر آہستہ آہستہ پیتا ہے اور ۴۰ مسٹ سے زائد عرصہ میں سچیر ہوتا ہے اور پیٹے پیٹے تک جاتا ہے تو گھنڈی میں بڑا سوراخ کرنا چاہئے۔

بچے کے نہر میں شیشی لٹا کر تنہا پلٹک پر دودہ پینے کے لئے نہ چوڑا چاہئے بلکہ گودین اکسی طرح لئے رہیں جس طرح پستان سے دودہ پلانے میں لیا جاتا ہے کیونکہ دودہ پلانے کے وقت گودین لئے رہنے سے کمیقدار مصنوعی رضاخت کا بدل ہو جاتا ہے۔

بول کو اس انداز سے رکھنا چاہئے کہ قبل اسکے کہ بچہ دودہ کھینچنے رہ بڑی گھنڈی میں دودہ بھرا ہوا ہو، اور گرمی قائم رکھنے کے لئے شدشی پر خالیہ میں کا غلاف چڑھایا جائے پانچویں میٹر کے بعد بچے کو بجا سے شیشی کے سیاہ تر دودہ کا پینا باسانی سکھایا جاسکتا ہے، کیونکہ پیارے کو صاف کرنے ابتدا یہ شیشی کے زیادہ آسان ہوتا ہے۔

دودہ کے قبل شیشی کو ضرور اچھی طرح ہو کر صاف کرنا چاہئے اور ہجیشہ دوشیزان رکھی جائیں، شیشی کو پہلے ٹھنڈے سے پانی میں کشکال کر گرم پانی سے دھوتا چاہئے دودہ کا ذرا سا حصہ ہی شیشی میں لپٹا ہوانہ رہنے پاٹو شکا چاول

یا نمک کی گلگریاں ڈال کر خوب پلاک ر صاف کر دینا چاہئے جس بیت مردن میں دوبار
 پلٹنیں لیکر چھپو داشٹکٹ ڈالہ (Washing Soda) ڈال کر شیشی کر گرم پانی سے روپولینا چاہیں کرو
 دودہ پلانے کے بعد ریڑا والٹ ر اور صاف کر کے خوب گرم پانی میں
 جسمیں برکوش (Borication) پاہووال دینا چاہئے بلکہ بہوت آئشی کو صاف
 کر کے گرم پانی میں پڑا رہتے دیا جاتے تاکہ کرد و غبار اور جراحتی سے پاک رہتے
 بعض لوگوں دودہ کو بھی (کے فریاد سے پلاتے ہیں اور یہ بھی دودہ میں پڑی بھتی ہے
 اور دودہ ایک سکھلے ہوئے کٹور سے یا تو یہاں میں رکھا رہتا ہے یہ طریقہ نہایت
 مضبوط ہے، کیونکہ اس میں جراثیم کے داخل ہونے کی کوئی رسوک نہیں ہے۔ شامہ
 شیشی سے دودہ پینے والے پکون کے لئے اس قسم کی بھی سے زیادہ خوبیاں
 کوئی شے نہیں ہے، صفائحہ سلیپر تباہی کا شکتی نامشیشی کو باہمی نالی کے استعمال
 کرتا چاہتے، لمبی ریڑا کی نالی کی ہوئی شیشی بھی اچھی نہیں ہوتی، جب وہ استعمال میں
 رہتی ہے تو دودہ پکون سے ملا رہتا ہے اور ہوا کالگز نہیں ہوتا، یہاں تک کہ شیشی
 حنایی ہو جاتی ہے اور بچے کے پیٹ میں ہوا نہیں جاتا پاکی، علاوہ اس کے
 یہ شیشی خونکہ بیضاء دیٹنک کی ہوتی ہے اس لئے صاف کرنے میں آسانی ہوتی ہے اس
 شیشی میں نشان بنتے ہوئے ہوتے ہیں جس سے بڑے بچوں کا انداز ہوتا ہے اور
 وہ مقدار بھی حسلوم ہوتی ہے جو مختلف عمر و میں بچے کو دینی چاہئے، اس ترکیب سے
 صنیعی غذاء میتے ہیں ٹری سہولت ہوگی، ہوا جانے کا سوراخ اس خوبی کے ساتھ

بنایا گیا ہے کہ دودہ ذر ابھی نہیں پا سکتا۔

قدرتی طریقے کے اجدب سے بہتر طریقہ سیشی کا ہے، اگر یہ نہ تو چمچا کٹوڑے یا گلاس سے بھی دودہ پلایا جا سکتا ہے لیکن ان ظروف کو یعنی پھر گرم یا نیکر دہولینا چاہئے اور اوسکے بعد اپنی دودہ ڈالنا چاہئے، سیشی اور چینی کرنے اگر ہوں تو منبوط ہوں اور تاہم برلنون کے کنارے گول، صاف اور چکنے برلن دودہ سے لبرنر نہ ہو بلکہ اتنا خالی رہتے کہ کچھ پیکیوں کے ذریعے پی سکے۔

وہ غذا میں جن میں نشاستہ کا جز نیادہ ہوتا ہو، پھر کو ہرگز نہ دیجائیں انہیں پکانی بہت کم ہوتی ہے، اور تو دس ماہ کے پھر اونکو ہضم نہیں کر سکتے، پونکہ المیری فود نمبر اول میں فروڈ اور المیرک مالتی milled millet میں نشاستہ کا جز قطعی معلوم نہیں ہوتا، اسلئے شخصیت مقدار میں یہ غذا میں دودہ کو گھاڑا کرنے کیلئے چھ ماہ کے بعد بڑھنے والے اس مقام کی جا سکتی ہیں۔ اگر کسی وجہ سے صفتہ مسنوعی غذا پر ہی رکھنا ہے تو المیری فود نمبر ایک ہفتہ کے پھر کو دیا جا سکتا ہے، چار میٹر سے شروع کیا جا سکتا ہے، نمبر ۳۰ نوماہ سے پہلے ماہ تک کے لئے ہے۔

اکٹھتے ہوں میں دیکھا ہے کہ دودہ پلانے کا جو طریقہ بتلا یا گیا ہے اوس پر عمل کرنیسے بہت سچے بظاہر موٹے نہیں ہوتے لیکن بعض یہ پھر ان مصلح اجزا کے

ملا دیئے پر بھی گاے، بکری و نجڑ کا دودہ ہضم نہیں کر سکتے اسکے دوسرے طریقوں سے اون کو دودہ پلانا چاہئے، شلاؤ باری واٹر میں ملا کر یا قام دودہ یا کوئی دوسری مرکب غذا استعمال کرائی جائے، اگر کسی وجہ سے دست آؤں تو اور ورنٹ پلانا مفید ہے پیریش یا داشتوں کے وہ تون میں چاہل کی یونی یا سونک کا پانی بھی دوہہ میں ملایا جاسکتا ہے، یہ مان اور رنس کی ہوشیاری پر منحصر ہے کہ پینچ کی طبیعت کے موافق غذا ایسا کر جائے لیکن مناسب ہے کہ تجوہ بکارڈ اکٹھ سے بھی راے مصلح کر لی جائے۔

خالص دودہ

بعض بچوں کو خالص دودہ بلا پانی ملائے ہوئے اور بلا جوش دیے ہوئے بعض اوقات بیشتر پکائے ہوئے دودہ کے زیادہ فائدہ کرتا ہے لیکن گرگاے کا کچا دودہ پلانا بہت تو دودہ نکالنے والے کے ہاتھ اور برتن کی صفائی کی بہت بیادہ ضرورت ہے، خالص دودہ جس میں پانی نہ ملایا گیا ہو وہ اوس مقدار کا جو عموماً دی جاتی ہے لصفت مقدار میں بچوں کو دیا جائے، یا گاے کے تھن کو خوب دہلوکری پکے کو تھن سے لگا دیا جائے، اور یہ طریقہ بہت ہی محفوظ طریقہ ہے۔

دودہ کے مشعلی خونہ دستین برسکتاب کی ابتداء میں لکھی گئی ہیں اون پر بچے کی

صحت قائم کرنے کے لئے عمل کرنا نہایت ضروری ہے ۔

ہاضم دودھ

ہاضم دودھ کی ضرورت بچون کو زماں بیاری میں ہوتی ہے یا جب کہ ہاضمیت ہو گیا ہوا اور مثل رہتی ہو ، یا شکم میں درد ہو تو ہاں ہو ۔

دودھ جو ہاضم ، اور مصلح اجزا ملا کر بنایا جاتا ہے وہ پیٹ میں جا کر دہنیں ہوتا ، اور جلد جذب ہو جاتا ہے ، لیکن عرصہ تک اسکا استعمال ٹھیک نہیں ہے کیونکہ اس سے بچے کا ہاضمہ بہشت کے لئے کمزور ہو جاتا ہے چونکہ بچہ ہی اوسیں پانی ملا دیا جاتا ہے اسلئے مزید پانی ملانے کی ضرورت نہیں ہے ، البتہ نکش شعگر ہر مرتبہ ملادی جائے ، اور مقدار اوسی قدر ہو تھی کہ دودھ کے ساتھ ملائی جائی ہو ۔

بچون کی عنڈائیں اہدا

اکثر کتابوں میں دیکھا گیا ہے کہ زمانہ حال میں نہایت کامیابی کے ساتھ آزمائش ہو چکی ہے کہ بچون کی عنڈائیں انٹے سے کا استعمال بہت مفید ہوتا ہے لیکن اوسکو اوسی حالت میں استعمال کرنا چاہئے جب کہ صفات اور خالص دودھ کا ملناد شوار ہو ، کیونکہ بچون کی صلحی قدرت نے دودھ ہی کو بنایا ہے لیکن اگر کامے کے دودھ کے ساتھ ایک دوبار اسکو بھی دیا جائے تو غالباً

مفید ہو، چند مثالیں بھی مصنف نے لکھی ہیں کہ ہمینون تک بچون کو دودھ
نہیں دیا گیا ہے، اور صرف اگر ایکش دیا گیا ہے، اسکی ترکیب یہ ہے کہ
مرغی کے تازہ انڈے کی خام سفیدی کو خوب پختا جائے اور آٹھ اونس تک
پانی، اور ایک چمپے شکر ملا کر خوب پلا جائے پھر ایک ٹپڑے میں چمان لیا جائے
اور یہ مرکب ولادت کے دور و ز کے اندر پیچے کو ڈیڑھ دیڑھ لگھنے کے بعد ایک اونس
خفیف طور پر نیم گرم کر کے پلا جائے، تین روز کے بعد پانچ قطرہ تردی اور پانچ
قطرے کا ڈلیورائل ہر مرتبہ ایزاد کر دیا جائے اور اسکی تقدار دودھ کی مقدار سے
تر ائندہ ہونا چاہتے، اور پیچے کی عمر کے افاظ سے وقفہ ہونا چاہتے۔

جاڑے کے موسم میں ٹرپے بچون کو ۵ قطرہ سختی بھی دی جائے۔

بجاءے خالص دودھ کے پالیوں کا آب بھاش یا باری و اٹر دودھ میں
ملاکر دینتے سے فائدہ ہوتا ہے، بعد چندے ہلکی اوسٹ میں یا چانول کا پانی دیا جاتا ہے اور
ان سب میں بہت خفیف نشاستہ کا جزو ہوتا ہے، اگر یہ اجزا مladنے جائیں تو
پیچے آسانی سے ہضم کر لیتے ہیں۔

انڈے کی سفیدی بھی بہت مفید ہوتی ہے اور دودھ میں ملاکر کمزور بچون کو
دینا چاہئے لیکن اسکے تعلق میراث اتنی تخبر پکھنہ ہمیں سمجھو دا کرکی رہا مگر استعمال کرنی چاہئے۔

گوشہ

۱۸ سے ۲۲ ماہ کی عمر تک بچہ کے اوپر نیچے دانت تکل آتے ہیں اس زمانے میں

او سکو مرغی کا چوز ایسا بنتا ہوا یکری کا گوشت تھوڑا تھوڑا دینا چاہتے لیکن یہ بتھے
کہ او سکو قیمہ کر کے اور روٹی کے مکروں یا آلو کے پھر تھے میں او سکا شوریہ
ڈال کر خوبہ ملایا جائے۔

مکروہ را اور چپوٹے بچون کو گوشت کا بازیک قیمہ دینا زیادہ مناسب ہے

پھل

بچون کو پکے زود ہضم پھل شلادم پخت آپسے یا سیدب دو چھر کی غذائیں
اعتدال کے ساتھ دینے میں کوئی ہرج نہیں، لیکن دو سال کے اندر سرگز
نہ دیے جائیں، موسم گرم میں شیرین نارنگی کا تازہ شربت بچے کو عندا
طور پر دینا خاصہ مفید ہے، ایک سال کے بچے کو دو یا تین چاروں کے
چھے کے مساوی ہر دو پھر کی غذائے ایک گفتہ قبل یہ شربت دیا جائے
اور رفتہ رفتہ مقدار میں چار بڑے چھپے تک بڑھا دیا جائے۔

یہ امور میں جو کتابی ہیں اور آسانی کے ساتھ سمجھنے کے لئے لکھدیے ہیں
لیکن جو چیزوں نئی معلوم ہوں اونکو استعمال کرتے وقت ہمیشہ ڈاکٹر یا طبیب
مشورہ لیا جائے، اور کبھی یہ نہ کیا جائے کہ خود کتاب پڑھ کر اوسی پر عمل
مروع کر دین کیونکہ موسم، عمر، مزاج وغیرہ مختلف ہیں اسلئے ہمیشہ نئی بات اور
جدید موقع پر ڈاکٹر یا طبیب سے مشورہ لئے بغیر عمل نہیں کرنا چاہئے

عام صہول

غذا کا یہ عام اصول ہیستہ پس از ظر کھنا چاہئے کہ وہ مختلف اور سادہ ہو
گمراہ سکا خیال رہے کہ اعتدال سے زیادہ نہ ہونے پائے بچے کو ہیستہ
سادہ غذا زیادہ مفید ہوتی ہے۔

تھے اور سیاستے بچوں کو دیرہ حضم اور تقلیل سخت سرو یا سخت کرم نہ فراخ
اور ایسی غذا میں جن میں وہ اجزا جو جزو بدن ہوتے ہیں کم ہوں نہ ویجاہیں۔
سخت اور پلا ہوا اندما، پھیرہ، ٹین میں بند کیا ہوا گوشت، مور، ہرتن
بلٹ، اور روپیائی جانوروں کا گوشت، اول اجگر، گردہ، اور پُر تکلف غذا میں
حلوے، اور مرغ عن کھانے سخت مضر میں، امراض و باتیں چار، کافی، قوہ وغیرہ
بھی اونکے لئے باعث تھے۔

غذائیں اور اون کے اوقات

دو دو چھڑانے کے بعد غذا دیئے میں اگر مندرجہ ذیل ہدایات کی پابندی کیجاے
تو یقیناً بچہ کی تندرستی ہیستہ اچھی رہیگی۔

بارہ سے لیکر پندرہ ہیئت کی عدالت پہلے وقت کی غذا قریب، بچے صحیح۔ فریباً
نصف پائٹ میں فود کام کریں۔ وہ سکر وقت کی غذا قریباً ساڑھو آٹھ سے

و بجھے صحیح تک قریباً نصف پائسٹ بلینس فود کا مرکب اور مکمن لگا ہوا ایک پلٹکرا
ڈبل روٹی کا۔ تیسرے وقت کی غذا ایک سے ڈیرہ بجھے تک وقت یہ نصف
پائسٹ دوسرہ اندا مع بلینس فود یا نیم پرشت اندا اور تھوڑی سی ڈبل روٹی اور
مکمن اور ایک ڈرائیچ پھر ساگو یا یاری کی کمیرہ پختے وقت کی غذا سارہ ہر چار بجے
سے لیکر پانچ بجے تک قریباً نصف پائسٹ بلینس فود کا مرکب میں ایک ٹکڑا روٹی کا
ملکرو یا جائے، پانچوین وقت کی غذا اقریباً سات بجے شام کو نصف پائسٹ
بلینس فود کا مرکب ہے۔

پندرہ ستمہ جینے کی عمر تک پہلے وقت کی غذا اقریباً ۴۔ بجھے صحیح ایک شلٹ
پائسٹ بلینس فود کا مرکب جس میں ایک ٹکڑا روٹی کا بھیجا ہوا۔ دوسرا وقت کی
غذا ۶ بجے صحیح نصف پائسٹ دوسرہ اور اندا مع بلینس فود اور ایک ٹکڑا ڈبل روٹی کا
اور مکمن۔ تیسرے وقت کی غذا اقریباً ڈیرہ بجھے بعد وہ پر ایک پیالی بھر جئن اور
تھوڑے چاول۔ ایک ٹکڑا ڈبل روٹی اور مکمن اور ایک ڈرائیچ پھر چاول کی کمیرہ پختے
وقت کی غذا قسم بیساڑھے چار بجے سے ۵ بجے تک ڈبل روٹی اور دوسرہ
بلینس فود کے ساتھ۔ پانچوین وقت کی غذا اقریباً سات بجے شام کو اگر زرد
ہو تو نصف پائسٹ بلینس فود کا مرکب۔

اٹھارہ ستمہ جینے کی عمر تک پہلے وقت کی غذا صحیح سارہ ہے چھے بجے
کے قریب نصف پائسٹ بلینس فود۔ ایک نیم پرشت اندا اور ڈبل روٹی اور مکمن۔

دوسرے وقت کی غذا صحیح قریباً ساڑھے نوجے نصف پائسٹ ملینس فودا
اور ملینس فودا کے لیکٹ تیسرا وقت کی غذا آخر وقت دیرہ بیجے کے قریب
نصف پائسٹ گلے یا یکسری کے گوشت یا چوزہ کی بخشی یا ایک نیم بیسٹ انڈا
اوے کے ساتھ مکمن لگا کر ایک مکڑہ ڈبل وٹی یا چاپتی اور دو ڈبل ملینس فودا یا ملینس فودا کا
لیکٹ اور ایک طشتری چاول کی کمیر چوتھے وقت کی غذا شام کو سالنہ چھپے
کے قریب نصف پائسٹ ملینس فودا اور مکمن کے ساتھ ایک پتلہ مکڑہ ڈبل وٹی کا
بیسٹ سے چوبیں ۳ میٹنے کی عمر لیک پہلے وقت کی غدا صحیح ساڑھے چھ بیجے کے قریب
نصف پائسٹ ملینس فودا اور ملینس فودا لیک تیسرا وقت کی غذا اون کو دیرہ
کے قریباً ایک ڈاچھپ بہ خوب صاف چوزہ یا یکسری کا گوشت اوے کے ساتھ ایک لوكا
بہرتا اوس میں دو یا تین بڑے چھپے بہ عمدہ شورپہ ملا جائے۔ مثلاً گویہ کا بہرتا
بھی تھوڑا بہت دیا جاسکتا ہے چوتھے وقت کی غذا شام کو ساڑھے چھ بیجے
کے قریب نصف پائسٹ ملینس فودا اوے کے ساتھ مکمن لگا ہوا ایک پتلہ مکڑہ ڈبل
روٹی کا یا ایک طشتری چاول یا ٹی ہیو کہ کی کمیر ہو۔

باب چہارم

بچکے سونے کا طریقہ، شکم، بیچکے کا وزن اور قد، سر،
حوالہ خسوس، دماغ، وانت نکلتا، بولنا، مانگم تسلیم،



بچوں کے متعلق حفظ ان محنت کی جو باقیں ہیں، اُن سعد الدین
کو واقف ہونے کی بڑی سخت ضرورت ہے اخصوصاً انکا فرض ہے۔
کہ وہ ہمہ تن بچوں کی دماغی، اور جسمانی محنت کو ملحوظ رکھے، اوسکو
ہمیشہ اس اصر کی جستجو میں کوشش رہنا چاہیے، کہ وہ کوئی کوئی سے
ایسے طریقہ میں جنکر ذریعہ سے بچوں کی اخلاقی و دماغی اور جسمانی
حالت میں ترقی ہوتی رہے، اگر مانیدہ چاہتی ہے کہ بچوں کا بچوں جو
اسکی تفویض میں ہے وہ زندگی کے خطرات سے محفوظ رہے،
تو اوسکو لازم ہے، کہ ولادت کے بعد ہی سے پہچکے کی نشوونما کے
قواعد سے پوری طور پر واقفیت حاصل کرے، کیونکہ اعلیٰ تربیت
کی بنیاد اسی واقفیت پر بُنی ہے اور تربیت خواجہ مانی ہو یا قلبی،

وقت پیدائش سے شروع ہو جاتی ہے

سو نے کا طریقہ

نوزاں پسند ہے بچپن زیادہ تر سویا کرتا ہے ادا عین مواد تدرست بچہ
تو صرف اوس وقت اٹھتا ہے جب بھوک معلوم ہوتی ہے باچہ تجھنا بڑھتا
جاتا ہے، اسکی نیند بھی کم ہوتی جاتی ہے، چنانچہ ایک سال کا بچہ (۲۳۵)
گھنٹوں میں قریباً ۱۵ یا ۱۶۔ گھنٹے سوتا ہے بعض بچوں کا دماغ اُس جو
تحرک ہو جاتا ہے کہ اون کو بے چینی کے باعث سے شب کو نیند کرتے ہیں
الیسی حالت میں اناؤن کو افیوں یا جوہرا فیوں دینے کی لہت ہوتی ہے
مان کو کامل طور پر اسکی نکرانی رکھنی چاہیے، اور خود بھی کوئی غشی شری^{نہ}
نہ دینی چاہیے، بلکہ الیسی حالت میں فوراً کسی واکثر یا طبیب سے رجوع
کیا جائے،

بچوں کی سوچانے کے لئے افیوں کی عادت ڈالنا نکایت خطرناک ہے
اگر بچہ کی نیند غیر معمولی ہو، یا جب اسکو اٹھا دیا جائے، اور پھر وہ فوراً
سوچائے، یا سونے میں بے قاعدہ سانس چلے، اور کسی کسی وقت
رک جائے، یا جانے پر غذا کے لئے بیتا بی ہو، یا آنکھ کی پتلیاں سکر کر
چھوٹی ہو جائیں، ہپڑہ کارنگز زرد پڑ جائے، سفضم میں خلل واقع ہو۔
اشتمام کی وجائے، بعض کی شکایت رہتے اجاہت میٹا لیے رنگ کی ہو

بچہ نزد، کفر و ر، اور مددال ہو جائے تو فوراً خایت غور کے ساتھ دیکھنا
 چاہتے ہیں، کہ افیون تو نہیں دیگئی یا کوئی اور زہری چیز تو استعمال نہیں کر لئی
 گئی، کیونکہ یہ جلہ علامتیں افیون یا زہری چیزوں کی ہیں،
 بے خوابی کی شکایت اکثر تازہ ہوا کے میسر نہ ہونے، یا غدا میں
 بے اختیاری، یا عموماً دانتوں کی تکلیف یا پیٹ میں کچھ سے پڑ جاؤ کے
 سبب سے پیدا ہوتی ہے، بچے کو جہان تک ہوتا زہ، اور کھلی ہوا میں
 بھرنا چاہتے ہیں، اور تین ماہ کے بچے کو کم از کم دو صرتیہ روز باہر لے جانا چاہا
 گرمی کے موسم میں صحیح جسم بچے، اور جاڑی میں ساڑھے سات بچے،
 اور اسی طرح سہ پھر کو پانچ چھوپے کو بعد لے جائیں، مگر تین گھنٹے سے زائد
 چھوٹے بچے کو باہر لکھا مضر ہے، جب تک بچہ ایک سال کا نہ ہو جاؤ اوسکو
 سونے سے روکنا نہ چاہتے ہیں، بچے کو سونے سے جلا دینا بڑی غلطی ہے تندست
 نوزائیدہ بچوں کے سونے کا طریقہ ایک خاص ہو اکرتا ہے پیٹھ کے بھیت
 سوتے ہیں، اور دلوں بازوں کی چیزوں پر خم ہوتے ہیں اور دلوں ہاتھیہ کو برابر
 ہوتے ہیں ہاتھ کی انگلیاں کسی قدر بند ہوتی ہیں انگوٹھاں جلا ہوا ہوتا ہو بعض
 بچوں کے انگوٹھے مٹھی کے اندر سونے کے وقت بند ہو جاتے ہیں جسے
 بعض وقت اس بچہ میں لشخ یا دوسرے میں بیماری کا مادہ موجود ہونے کا
 اندازہ بھی درست نکل آتا ہے۔

نوزائیدہ بچہ کا شکم گول، اور نھلہ ہوا اسلو ہو تباہت کے شکم کو عضلاتی
دیوار دبیر نہیں ہوتی، بلکہ پھولی ہوئی ہوتی ہے، اگر بچہ کا شکم پھپایا ہو تو اس
ہو تو یہ سمجھنا چاہتے کہ خدا سو اتنی نہیں ہے، یادت آتے ہیں۔ یا کوئی دن مار
مرٹ لاحق ہے۔

پیدائش کے وقت شکم بہت چھوٹا ہوتا ہے، اور سرفہرست چھوٹے کے چیزیں
برابر چکر ہوتی ہے، لیکن وزیر دنہ تین ہی سکے ساتھ نہ بنتا جو اس کے اختلاف
پر دو ناٹرا ہو جاتا ہے، اور تین ماہ کے انتہا میں پر فریبا سہ گھنٹے تک بنتا ہے،
تیسرا چھتے اور پانچویں ماہ بین بہت کم ٹکرہ بنتا ہے،
شیخ خوار بچوں کو اکثر اسے فرانچ ہو جایا کرتا ہے، اعمدہ ماہ و دہ کی زیادتی اسکا
باعث ہوتی ہے، جب تک زیادہ دودھ کو قبول نہیں کرتا تو اسکا توک
ذریحہ سے غارج کر دیتا ہے بچے کی محنت، اور غذا کی نالت جانپنے کے نتے
سب سے بھتر تر کیب یہ ہے کہ اگر بچہ سوتا نہ ہو تو دیکھا جائیں گا کہ دوہ اپنے
گرد پیش کی چیزوں نکو ہوشیاری سے دیکھتا ہے، اوسکا چھرو بھرا ہوا، اور
گول انظر آیا گا یعنی وہ خیف نہ گلا، اوسکی نظر تیز اور جلد بدن نرم اور شفاف
ہو گی، گوشت خشک ہو گا، پیٹ کی ٹڑائی اوس طدر بچہ کی رہے گی، جب وہ
روٹی یا چلائیا، اسکی آواز زوردار اور تیز ہو گی، اور اگر خراب غذا کی
وجہ یا اور کسی دوسری وجہ سے محنت خراب ہے تو اسکی رنگت زرد نگاہ

تاریکہ، اور غم آکو دہ اور بدن کی کھال بولہ ہون کی جلد کی طرح خشک
اور جھپڑی اور نظر ایگی، عضلات ڈھیلے ہون گے، وہ روئیگا تو اُسکی او انکنٹر
بوز ہے آدمی کی سی ہو گی، جسکو اگر کمزوری کی شدت اور بیماری کی تکلیف
میں کراہنا پڑتے تو وہ بہت ہی رہیں آواز سے کراہتا ہے اگر ہم بچے کی
کھوپڑی کے وسط میں اوسکی پیشانی کے قریب انگلی رکھ کر بیدار نہیں
کہ کھال کا وہ پردہ جو سر کی دو ہڈیوں کی ماہین فصل ڈالتا ہے، لوچدار
اور تنہا ہوا ہے تو اُس سے معلوم ہو جائیکا کہ بچے کی صحت عمدہ ہے
اور اسکو سو اقت غذا مل رہی ہے لیکن اگر ہم یہہ دیکھیں کہ بچے کے
سر اور تالو کی دلوں ہڈیاں ایک دوسرے کے تھایت قریب ہیں،
بلکہ ابسا اوقات ان میں سے ایک دوسرے کے اور ہو گی، اور ہم اس
 نقطہ میں کوئی غیر طبعی تشیب یا گڑھا پا گئیں، تو یہہ بچے کی صحت خرابی کے
اور اسکو کافی غذا نہ ملنے کی دلیل ہے۔

بچے کا وزن اور قد

پورے دن کے بچے کا وزن پیدا ش کے وقت پہنچ سے آٹھ
پونڈ یعنی تین سے چار سیز تک ہوتا ہے، اور اگر ساڑھے ہے چار سیز یعنی
ہو تو یہہ کوئی غیر معمولی وزن نہیں ہے، لیکن کبھی کبھی ڈیرہ سیز سے بھی

کم وزن ہوتا ہے، لڑکے عموماً بہ نسبت اگر کیوں کے زیادہ وزنی ہوتے ہیں
 ابتدائی جنبدلوں تک بچے یقیناً چہرہ سے آٹھہ اولس تک فتن
 میں گھٹ جاتے ہیں، لیکن ماں کا دودہ کافی اُتر آنے پر پھر اس میں
 کو جلد حاصل کر لیتے ہیں، پھر جو بچے قبل از وقت پیدا ہوتے ہیں،
 ان کا وزن زیادہ گھٹا ہوا ہوتا ہے، اسلئے ابتدائی سے ان کو دودہ
 وغیرہ دیکھ ضعف سے بچانا چاہتے، اور علی ہذا لکھا مکروہ بچوں کی بھی قوت
 لکھتے نہ دی جائے،

شروع میں کوئی ماہ تک بچہ خوب بڑھتا ہے، یعنی تند رست بچہ
 روزانہ تین چوتھائی اولس سے ایک اولس تک وزن میں بڑھتا ہے
 یا پانچوں میں تک چار سے چھٹہ اولس تک فی ہفتہ کے حساب پر بڑھتا ہے
 پھر سال میں بچے کا قلائلہ اپنے ہو جاتا ہے، اور وزن سے حنیدہ
 اگر کوئی بچہ روزانہ یا ہفتہ وار اس قاعدہ کی رو سے کیسان نہیں بڑھتا
 تو ماں کو مستحب نہونا چاہتے، تمام چاندار کیسان نہیں بڑھتے بلکہ اونکے
 بڑھنے کا ایک وقت معین ہوتا ہے، اور جب وقت آ جاتا ہے تو ایک
 بارہی بڑھ جاتے ہیں، اور اس کے بعد کے زمانہ میں ان کے بڑھنے
 کی رفتار بہت سست ہو جاتی ہے، گویا وہ زمانہ آرام اور فرصت کا ہوتا
 ہاں البتہ اگر بچہ عرصہ بک ایک ہی حالت میں رہے یعنی تک کہ ہمکو بھی اسکی

ایسی حالت محسوس ہونے لگے تو ضرور بالضرور اس کا کوئی نہ کوئی سبب ہوتا ہے
 یہ ضرور ہے کہ جیسی بچے کی صحت ہوگی ویسی ہے اُسکی نشود ناجمی ہوگی اُس
 چھ ماہ کے بعد بچے کا وزن المعتاد ہو جاتا ہے، اور اس سال
 ختم ہوتے ہوتے ایک پونڈ وزن میں رہ جاتا ہے، اور دوسرے سال میں ایک
 پونڈ فی ماہ کے حساب سے بڑھتا ہے، ایسہ یاد رہے کہ ترازو بچے کی جسمانی ترقی
 کا اندازہ کرنے کا اہمترین ذریعہ ہے اگر تین روز کے بچے کو برابر باقاعدہ
 اور مناسب غذا دی جائے تو اُس کا وزن سندھ رجہ ذیل حساب سے بڑھیکا
 اگرچہ ہر ایک بچے کے وزن کی یہ مقدار مقرر نہیں ہو سکتی، جو اس نقشہ میں
 ہے، لیکن پھر بھی کثرت اسی وزن کے مطابق ہوگی،

عمر	روزانہ خواراک	وزن میں ترقی	کل وزن
چھ میٹنے سے ۱۵-۱۶ اونس	۳۰ سے ۴۵	- اونس ۱- پونڈ	دوسرے
" " ۱۷-۱۸ اونس	۳۰ سے ۴۵	" ۹ " " ۹	تیسرا
" ۱۹ " ۱۱ "	۳۰ سے ۴۵	۲۶ " ۳۰	چوتھے
" ۲۰ " ۱۲ "	۳۰ سے ۴۵	۲۶ " ۳۰	پانچویں
" ۲۱ " ۱۳ "	۳۰ سے ۴۵	۲۱ " ۳۰	چھٹے
" ۲۲ " ۱۵ "	۳۰ سے ۴۵	۲۰ " ۳۰	ساتویں
" ۲۳ " ۱۶ "	۳۰ سے ۴۵	۱۷ " ۳۰	

عمر	روزانہ خوراک	وزن میں ترقی	کل وزن	اوسمیں پوچھ نہ اُوس
اٹھویں	میٹنے ۳۴۔ اوپس یا اوپنی زندگی	۲۴	۱۸	پوچھ نہ اُوس
نونین	"	۲۶	۱۰	"
وسوین	"	۲۰	۱۳	"
گیارہویں	"	۱۱	۹	"
بازہویں	"	۷	۱۰	"

وز ائیدہ بچے کا قدر (۱۰) سے (۲۰) انج ٹک ہوتا ہے لیکن دیکھا گیا ہے کہ میں کیمین سولہ پانچ کے بچے بھی پیدا ہوتے ہیں اور وہ بچے جن کا وزن سماں سے چار سینہ پانچ سینہ ہوتا ہے ۲۷ انج ٹک لانے ہوتے ہیں بعد ازاں اول شش ماہی میں ایک پانچ ہر ماہ میں بڑھتا ہے، اور دوسری شش ماہی میں نصف انج فی ماہ بڑھتا ہے۔

سر

بچے کا سر برقا بلہ دیگر اعضا کے بہت بڑا ہوتا ہے اور ولادت کے وقت بچے کی کھوپڑی بہت بڑا ہوتی ہے، سر کی دونوں پلیوں کو درمیان ایک چوٹی سی دبی ہوئی جگہ ہوتی ہے جسکو اصطلاح حین تلوکھتے ہیں، اور وہ چکر چھوٹے سے حرکت کرتی ہوئی معلوم ہوتی ہے تیس سو ٹھینے میں وہ جدید

بھی شروع ہوتی ہے جس سے وہ جگہ دیکھ جاتی ہے اور دوسرا ہی سال کے
نئم ہوتے ہوتے ہر ہی خلاف کی طرح اوس پر پیدا ہو جاتی ہے، کھوٹپی کی
اس کھڑکی پیدا ہو جانے پر اگر توقف واقع ہو تو سمجھنا چاہیے کہ تمدود سنتی بھی
نہیں ہے، یا ام الصبیان کا مادہ ہے،

اگر یا ان خود دو دہ بلا قی ہو تو خوب سکی ہوئی چیزیاں ان اٹھوٹو گوشت
تتر کاریاں، کھانی چائیں، ورنہ دو دہ میں لامم و اڑ، یا داکھلی سے دریافت
کر کے ہڈی پیدا کرنے والی ادویہ کھلانی چائیں،
اگر وہ بچہ بیار ہے، اور تا لو بیٹھ گیا ہے، تو مان کو جاننا چاہیے کہ یہ
انتمادر جہر کا ضعف ہے، اور عذرا، اور مقویات دینے کی سخت ضرورت
ہے، جب تا لو پھول گیا ہو، یا باہر کو نکل آیا ہو تو بخار یا کسی دماغی مشکلیت
کی علاست سمجھنی چاہیے،

حوالہ ختم

بچے کی آنکھہ ابتداء میں بالکل انہی ہوتی ہے اگر کوئی جگد اخیر
سما نہ آتی ہے، تو بچے کو کچھہ نہیں شعلوم ہوتا اس روز کے بعد تاریکی اور
روشنی کا فرق بچہ چانتے لگتا ہے، اور وہ ملک کا شرمنا اٹھوٹو بچہ ہو واقعہ و حاصل ہوتا ہے

تین ماہ کے بعد بھی پچھکتے ہیں لئے نگ بچے کو اپنے محاوم ہونے لگتے ہیں جو چیز اوس کے سامنے ہو کر گذرتی ہے، اوس کے سامنے آنکھ پہنچنے کو بھی گھانے لگتا ہے، اور ماں تو اس بچہ کی شناخت آجاتی ہے، ذائقہ اور بگشے کی قوت کے نام تک قیمتیں ہوتی، قوتِ سامنہ جلد آجائی ہے، اور شروع ہمی سے شور غل کا اثر بچے پر پڑتا ہے، اور اپنے آس پاس کے لوگوں کی آوازیں جلد پہنچاتے لگتا ہیں۔

دریافت

پھلی ماہ ہیں عقل کا ناد و مانع ہیں نہیں ہوتا اور انحصار کے ہلا فیں ارادی قوت سے بچہ کام نہیں لیتا بلکہ جو سائنسوں کی لینار و نایابی سب نہیں آتے اور سردیی علوم ہونے کی وجہ سے کہتا ہے۔

دن اور رات کے زیادتی میں بچہ سوتا رہتا ہے ابتداء ۲ مگنتے میں ۰۳ مگنتے سوتا ہے لیکن یہ مدت بوجہ اختلاف مزاج مختلف بھی ہوتی ہے تا تو قیک بچے کے سونے کی ٹیکاں عادت شہ پڑ جائے خاوشی ضروری ہے لیکن دوسرے بھی نہیں میں یہ عادت ڈالنا پاہتہ کہ حنا گلی کاروبار بھی انعام پاتے رہیں اور حسقدار شور کے نکان ہیں جو ہوتا ہے اس میں سلانے سے سو جائے۔ اس کی ضرورت نہیں کہ بچے کے سونے کے نیالیت ہر شخص مکانیں اپنے بخوبی کے جل پانے لے گے۔

تیسرا سبب میں اعصابی قوت اور عقل کی خواہیں ایک خاص فرق
معلوم ہو گا سر پھیلے کی بچپن کو شش کرنا ہے اور ماں وس چہرے کو
دیکھ کر خوش ہوتا اور سکتا تا ہے یا اٹھانا کی آواز کا لئا ہے وہ
میں جانکر زیادہ ہے لیکن پھر بھی اٹھارہ گھنٹے سو تا ہے باچپر سرور
بہت بلند اثر کر جاتی ہے اور اُس کا جسم بہت بلند ٹھنڈا اور زندگی
پیلا پور جاتا ہے اور ہر چوتھے کا پشت لگتے ہیں بلکہ کل جسم پر لرزہ سا
کھڑا کھڑا ہے اس لیے سردی سے محفوظ رکھنے کی مناسبت تدبیر یافتہ
کہ ہر وقت بستہ ہن گرم پانی کی بوتل رکھی رہتے
نہ صرف سر کے پیچے ٹکیہ ہوتا چاہئے بلکہ دونوں جانب مامِ
ملکہ رکھ جائیں تاکہ شکم اور لپشت کو گرام نہ۔ لیکن گرم پانی کی بوتل کی
زیادہ بھار سے ہندوستان میں ضرورت نہیں ہاں چکے کے جاڑوں
میں گرم پانی کی بوتل کی اگر ضرورت بھی جائے تو رکھی جائے لیکن
بوتل دیگر کوئی کے پیچے رہنی چاہئے تاکہ زیادہ گرمی سے بچے کی
کھال محفوظ رہے اگر کارکن نہیں جائے تو گرم پانی سے وہ محفوظ نہیں
ہاں کے بستر پر بچہ کو ہرگز نہ سلانا چاہئے بلکہ پینٹری پر علوٰہ
سلا یا جائے دودھ پینے کے وقت اگر ہاں کے ساتھ سوچائے تو مخفیت
نہیں لیکن جب پیا چکے تو قبوراً علیحدہ کر دینا چاہیے۔

چوتھے صینہ میں بچھ کی لظر کے سامنے پوچھیزیں گزر تھی میں اون کو
وہ دیکھتا ہے اور اگر تندرست ہے اور اوسکا نہوا چھا ہو رہا ہے
تو اوس میں ارادتی قوت بھی کسی قدر آجائے گی ایسی نکیہت وہ
اپنا سراوٹھانے کی کوشش کر لیا۔

بچے کے کپڑے نہ تو بہت ڈھیلے ہوں نہ تنگ۔ ڈھیلے کپڑوں سے
وہ اپنے ہاتھ پر بخوبی پلاٹھیں سکتا گویا کہ ڈھیلے کپڑے مانع درج
ہوتے ہیں وہ اور بہت تنگ نہ کو روکتے ہیں اور ایک کپڑا گرم
جسم سے ملا ہوا ہونا چاہئے تاکہ جسم کو گرم رکھے اور ورزش اور
نشو کا مانع نہ ہو۔

تمیری میف کے بعد فرش پر روز آنہ گرم کمل بھایا کر اور لکھ
کپڑے پہننا کر بچوں کو لٹا دینا چاہئے تاکہ وہ اپنی نوشی سے اپنے
ہاتھ پر خوب چلا اور ہلا سکیں۔

روزانہ غسل کے بعد اون کو آہستہ آہستہ ماش کر کے
تھیکانا چاہئے کہ جمیں ایک قسم کی ورزش منحصر ہے۔
چار چھٹے سے کم کے بچے کو نہ گاڑی میں سوار کر کے پہنچے
اور نہ اوس کو ہاتھوں میں لیکر جلاٹئے۔

روزانہ گود میں لیکر آہستہ آہستہ پتلے سے بچوں کی قوت نہ کوہنے

طنی ہے اور اگر بچے پر آمدتے میں سلاسل چاہیں تو اون کو تازہ ہوا
خوب ہلکی ہے بچے کامنہ دھوپ میں نہ ہونا چاہئے اور نہ اوس پر
سرد ہوا کے جھوٹکے آنے چاہیں ان باتوں میں کھلا یوں کا اعتماد
نہ کیا جائے اگر رائین ان جنفی بالتوں کا خیال کرتی رہیں تو دسدار
بخار کے خلوں سے اکثر بچے محفوظ رہ سکتے ہیں۔

پانچین ہمیں میں آسانی کے ساتھ بچے اپنے سر کو پھیر لے گتا ہو
اور پیزیدن کو پکڑنے کے لئے اپنے ہاتھ کو بڑھاتا ہے اور دوسروں کو جو
جو پکھ کرتے ہوئے دیکھتا ہے اوس کی نقل کی کوشش کرتا ہے اور
خوش ہونے لگتا ہے۔ چوتھے ہمیں کے بعد آنسو نکلتے ہیں اور بچوں کے
روٹے میں فرق ہو جاتا ہے لیکن بعض بچوں کو دیکھا گیا ہے کہ جب
وہ ایکسہی ہمیں کے ہوتے ہیں تو آنسو جاری ہو جاتے ہیں اور یہ
تکلیف کا رونا ہوتا ہے اسی توجہ کرنی چاہئے۔

جو مایین کہ اپنے بچوں کے روٹے کے سبب کو معلوم کرنا پاہتی
ہیں اون کو لازم ہے کہ مختلف طرز کے روٹے سے اوسکے درجہ کو
معلوم کر لیا کریں تند راست بچے پھلی مرتبہ بالارادہ چلا کر زور سے
پیغ لگاتے ہیں اور اون کی عرضی یہ ہوتی ہے کہ دوسروں کو اپنی
طرف متوجہ کریں یا اپنی خواہش کو پورا کریں اس روٹے کو خوب کارڈا

لکھنا چاہتے اور جہاں تک ممکن ہو کچھ توجہ نہ کیجاۓ کیونکہ اگر بچہ کی
 صند کی تتمیل کی گئی تو بعد چندے یہہ نہ خلجان ہو جاتی ہے اور بچہ
 کو بھی تکلیف ہوتی ہے بختیرین طریقہ اوس کے خاموش کرنے کا یہہ
 کہ بچہ پر تھپ پھپا کر اوس کو سلا دیا جائے لیکن دوسری قسم کے
 رو فہ پر ماں کو ضرور توجہ کرنی چاہئے۔ بعض اوقات شکم میں د
 و تفعی ہو جانے کی وجہ سے بچے پنج کریکا یک روتے لگتے ہیں یا کڑا
 کراہ کر دیجی آواز سے روتے ہیں اور بھوک کی حالت میں بار
 بار بھینی کی آواز سے روتے ہیں۔ ان سب حالتوں میں سب سے
 پہلے جس سبب سے روتے ہیں اوس کو دور کیا جائے ایک چھپے
 دل واٹر پلا دینے سے یا پانی کا عمل دینے سے درد کو افاقہ ہو جاتا
 اور اگر بھوک کی وجہ سے روتا ہے تو غذا کے تغیر و تبدل اور
 سقدار و قسم کی خرابی کو دور کیا جائے یہہ بھی جانتا جاہے کہ
 بچے اور بھی بہت سے سبتوں شلل پیاس سے ہونے یا سردی یا
 زیادہ گرمی سے روتے ہیں۔ کمرہ میں جس ہو تو تازہ ہو اکیڈ
 روتے ہیں دیر تک ایک ہی کروٹ رہنے یا دیر تک کملائے
 جانے سے تھک کر بھی رو دیتے ہیں۔ بعض اوقات پانی سو بیگ
 جانے یا تانگ لہاڑ اور بماری لحاف یا جا دروغیہ ناگہ ار تکلیف

ہونے کے سبب سے پاپیا وہ پلاسٹی فلڈولانے سے تھک کر رونے
گئے ہیں۔

چھٹے سال توین میتے ہیں قوت اور عقل ہیں بہت زیادہ ترقی
ہوتی ہے بچہ اور شکر بیٹنے کی کوشش کرتا ہے لیکن ایسو چھوٹے بچے کے
بھائانہ چاہیے ریڑ کی ٹیکیوں میں استقرار قوت نہیں ہوتی کہ سر کے
وجہ کو سنبھال لیں حقیقت ہیں چهار ماہ تک تو بچوں کو سراور
پیشہ پر بغیر سما را لگائے ہوئے نہ ہٹائے نہ کھڑا کرے اگر خلاف
کیا گیا تو سخت لفظان کا اندیشہ ہے۔

رال کو خوب ٹکنے دینا چاہتا ہے۔ چھٹے سال توین ماہ میں دست
دکھلائی دیتے گئے ہیں اس زمانہ میں دن میں چار پانچ مرتبہ
بچوں کو درودہ پلانا کافی ہوتا ہے اور بچائے ششیٰ سے درودہ
پلانے کے پابھا استعمال کرنا چاہتا ہے۔

روشنی کائنات

اگر چہ بہت سی تکالیف اور شکایات کا لائق ہوتا
واندون کے نکلنے سے غسوب کیا جاتا ہے لیکن جو بچے مان کلایا
انماکا درودہ پیٹتے ہیں یا جکی ٹکرائی اصول پر ہوتی ہے اونکو

کوئی حظر نہیں ہوتا اصل بات یہ ہے کہ دانتوں کے نکلنے کی مت سے بچہ کی زندگی کا دوسرا دور شروع ہو جاتا ہے دانت کا خود ار ہونا دلیل ہے کہ بچہ نسبتاً زیادہ ثقیل غذا کے ہضم کرنے کی تیاری کر رہا ہے ہضم کرنے والے اعصاب میں بھی تغیرت ہوتا ہے معدہ اور اسماں میں خراش ہو جاتی ہے اور اعصاب پر بھی خراش کا اثر پھوپھتا ہے جس سے مختلف قسم کی شکایات جیسے تشنج قلبی دست چلدی بیماریان لاحق ہو جاتی ہیں۔ اگر غور سے خیال کیا جائے تو غذا کی خرابی اسوقت میں بھی اسباب مرض کی مددگار ہوتی ہے۔

میں مختلف اقسام کی ایسی غذائیں جن میں نشاستہ کاجنڑی ہوتا ہے یا غیر اصلاح کئے ہوئے دودھ عرصہ تک بلا قی رہتی ہیں جس کے طفیل میں اون کی اولاد ایسی مصیبتوں میں پتلہ ہو جاتی ہے کیونکہ بچہ کے معدہ میں اسقدر قوت نہیں ہوتی کہ ایسی غذا اونکو ہضم کر سکے عموماً اسوقت میں، قے، بخار، تشنج بہت زیادہ لاحق ہو جاتا ہے اگر دیکھا جائے تو غذا کی خرابی سے بد ہضمی ہو جاتی ہے اور اسی بد ہضمی سے یہ مرض پیدا ہو جاتے ہیں یا زیادہ دنوں کا کے کر دودھ یا نامناسب غذا اون کے استعمال سے اُم الصبیان اور خارش کی شکایت ہو جاتی ہے۔

چٹتے یا سانوئین ماہ دو دانت ساسنے کے پھلے نمودار ہوتے ہیں یہ
 دلوں دانت مفراض کا کام دیتے ہیں تین چار ہفتے کے وقفہ کو
 بعد نیچے کے دو دانت نکلتے ہیں آٹھویں ماہ میں ان دلوں
 دانتوں کے اوپر ایک ایک دانت اوپر کے سورون میں دکھائی
 دیتا ہے بعد ازان تین چار ماہ تک کوئی دانت نہیں نکلتا اور کوئی
 دانت کے جواب میں نیچے کے سورون میں دو دانت نکلتے ہیں اور
 باز ہیں میمنے سے چودھویں میمنے تک چار کچلیاں دلوں جبکہ دو
 میں نکلتی ہیں اٹھارویں یا بیسویں میمنے میں نیچے اور پر چار دانت
 ابتدائی دانتوں کے دلوں طرف نکلتے ہیں جنکو لکھوٹی کہتے ہیں
 پھر ہنپہ ماہ کے وقفہ کے بعد نیچے کی چار ڈاڑھیں چوبیسویں میمنے کی
 تیسویں میمنے تک نکلتی ہیں اس سے صاف ظاہر ہے کہ اگر پچتندہ رت
 رہا تو ڈھائی سال میں دس دانت ہر چڑی میں نکلتے ہیں۔ یہ لازمی
 نہیں کہ جو طریقہ دانتوں کے نکلنے کا بتلا یا گیا ہے اوسی طریقہ پر
 سب بچوں کے دانت نکلتے ہیں۔ بعض اوقات ان دانتوں کی نکلنے
 کی ترتیب میں فرق ہو جاتا ہے اور دائم المریض بچوں کے دانت
 اکثر توقف سے نکلتے ہیں۔

دراصل دانتوں کا نیکنا بچوں کی قوت اور تندرستی پر ہوتا ہے

اگر آٹھ مہینے کے اختتام پر دانت نہ تکلنے تو ڈاکٹر سے مشورہ کرنا چاہئے تاکہ اگر کوئی آثارِ ام الصبيان کے بچہ میں موجود ہوں یا کمزوری کی کوئی وجہ ہو تو وہ معلوم کر سکے اکثر کمزوری و اتوں کے دیر سے تکلنے کا باعث بھی ہوتی ہے۔

دو سال ختم ہوتے ہوئے سب دانت نکل آنے پاہیں جوں جوں دانت تکلیں بچے کی غذا کو بدلتے رہنا چاہئے اور اوس کے لیے وقہ کا زمانہ بہت سوزون ہوتا ہے، اس زمانہ میں غذائیدیل کریں ہاضمہ وغیرہ پر خراب اثر ہیں پڑتے۔ بچوں کی خفیف سی خفیف شکایت پر بھی فوراً توجہ کر کے علاج کرنا چاہئے، بعض بچوں کو جب دانت تکلتے ہیں تو اون کی ناک اور آنکہ سے پانی بھتا ہے چہتیکار ور خشک کھانسی آتی ہے، بعض بچوں کو پرہضی ہوتی ہے میں میں چھوٹی چھوٹی چھائے پڑ جاتے ہیں یا جسم پر چیزیں نکل آتی ہیں ماون کا یہہ خیال کرنا کہ ان شکایات میں دست اندازی کرنا یا دوا علاج نہ کرنا چاہئے بڑی غلطی ہے برخلاف اس کے دانت تکلتے وقت بچوں کی صحت بہت اچھی رہنا ضروری ہے اجابت کی بے ترتیبی سخت اسماں کی صورت پکڑ لیتی ہے۔ اور خفیف حرارت ہوتی ہوئے آخر میں بخار ہو جاتا ہے اور قشیخ پیدا ہو کر بچے کی سوت کا سبب بجا تاہے۔

بچوں کے لئے خفیف مقدار میں سفوف دار چینی یا کیمپٹر اُول دینا الیسی شکایت کی اصلاح کے لئے مفید ہے اسکے پیٹ صاف ہو جاتا ہے اور برائیش Bronchitis ہونے نہیں پاتا اگر بخار یا چینی ہو تو بچے کو گر غسل اور تلیں دینے کی ضرورت ہوتی ہے پھر ایک بند کمرہ میں جبھیں یادہ روشنی اور شور و غل نہ ہو سلا دینا چاہئے اگر فیندہ نہ آتی ہو تو کمی یا گیرین برداشت آف پلائیکم Bromide of Potassium تھوڑے پانی میں حل کر کے بچہ کو پلا دینا چاہیے جو شکایات اور بیماریاں دامت نکلنے سے مسوب کی جاتی ہیں اون سے بچنے کی تدبیر یہ ہے کہ بچوں کو دودہ باوقات مقرر دیا جائے اور دودہ پلانو کے بعد کے وفقد میں خوب پانی پلا دیا جائے اعتمال سے زیادہ غذانہ دی جائے اور تازہ ہوا میں خوب آرام سلا دی جائے اگر مسوٹا پھول گیا ہو اور دامت کے نکلنے کی وجہ سے بچہ کو تکلیف ہو تو شتر دلانے کی تجویز کرنی چاہئے۔ لیکن دامت نکلنے میں شکاف کی ضرورت شاذ و نادر ہوتی ہے اگر ضرورت ہو تو صرف ڈاکٹر ہی سے شکاف دلایا جائے۔

دامت نکلتے وقت مسوٹ ون میں سلسالہ پیٹ پیدا ہوتی ہے اس لئے بخاطر پونا چاہئے کہ بچہ یا بچہ کی مان اور کھلائی کا لباس الیسا نہ ہو جسکا رنگ چھٹتا ہو کوئی مٹی کا کھلوانا اوس کو نہ دینا چاہئے کیونکہ

کھنوں میں ہوتا اور زنگار کا رنگ ہوتا ہے ۔

ٹیپھی ہے چوسنی یا پچھے جس میں ہاتھی دانت کی چوسنی انحریزی قسم کی
لگی ہوئی لفڑیں یا رہر کی چوسنی دینی ہاتھی ۔ الیسی چیز پچھے کے ہاتھی^{لگن}
میں نہ دی جائے جس سے سوٹ ون میں پھالش کا اندازہ ہو۔
چھہ برس کی عمر میں ابتدائی بیس دانت جگلو رو دہ کے دانت
بھی کھا جاتا ہے گرما شروع ہو جاتے ہیں اور مستقل دانتوں کے
لئے جگہ کرتے ہیں یہہ مستقل دانت ساتھی ہی ساتھی اسی وقت ڈھوار
ہوتے ہیں

ہاتھی سے رو دہ کے دانت جلد سڑ جاتے اور اپنے وقت سے
چھلو گر جاتے ہیں اور اسکا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ جبڑے کمزور اور
استے پنکے پڑ جاتے ہیں کہ مستقل دانتوں کے نکلنے کی جگہ باقی خینیں
رہتی اسلائی رو دہ کے دانتوں کا قائم رکھنا اور سڑنے سے پچانے
کی تدبیر کرنا ضروری ہے ۔ اس بات کی احتیاط کے لئے رو دہ پلاٹ
کے بعد پچھے کامنہ نرم یا ریشی رو مال سے صاف کر دیتا چاہئے اگر
غذائی نگہداشت کی جائے اور ہانی کا رہنیٹ آف سوڈا لوشن
Bicarbonate of Soda lotion یا یاپنی میں کپڑا تک کو
روزانہ صاف کیے جائیں تو سڑنے سے بخوبی رہتے ہیں ۔

و زندان ساز ڈاکٹر کو وقتاً فرما جوں کے دامت دھنلا دئے جائیکریں
 جو بلاکسی قسم کی تکلیف کے آسانی کے ساتھ سوراخوں کو بند کر کے
 سڑنے سے محفوظ رکھہ سکتا ہے و انتون میں درد کی وجہ سے بلا
 مسوڑوں سے دبائے ہوئے جو قدر اپیٹ میں جاتی ہے اوسے
 بدھضی ہو جاتی ہے۔

آٹھوین نوین میئنے میں بچہ بلا سہارے بلیخنا سیکھہ جاتا ہے
 اور جو کچھ اُس کے سامنے ہوتا رہتا ہے اوس کو بغور دیکھنے
 میں مشغول رہتا ہے بلا سہارے اگر کچھ بیٹھہ نہ سکتا ہو تو مان کو
 لازم ہے کہ اس کی وجہ معلوم کرے اور اگر ہاضمہ درست ہو تو
 غذا میں ترمیم کر کے زیادہ مقوی غذا استعمال کرائے۔ دسویں میئنے
 بارہوین میئنے تک بچہ اپنے آپ کو کھڑا کرنے کی کوشش کریگا اور
 اور کر سی پکڑ کر چل کر اپنے لگے گا۔ بارہ میئنے سے پہلے
 بچہ کو پاؤں پاؤں چلنے دینا چاہئے لیکن چھریے بدن کے بچے
 جنکی پروش اپنی مان یا آٹا کے دودھ سے ہوتی ہے اکثر ایک
 سال میں اچھی طرح چلنے لگتے ہیں، اگر ڈیر ہبہس تک کوئی بچہ نہ
 چلے تو خوراً ڈاکٹر سے مشورہ کرنا چاہئے

بولنا

بچوں کو بولنا سب سے آخر میں آتا ہے لیکن چند الفاظ
 کے ادا کرنے اور زور دزور سے نہستے سے معلوم کیا جاسکتا ہو
 کہ بچہ کی صحبت اچھی سہت - جبکہ ایک بھرپور کنی پچھے ہوتے ہیں
 تو چھوٹے بچے بھقہ بلہ پڑتے ہیں اور ان کے بعد تابید بولنے لگتے ہیں
 بولنے میں بچے ایک دوسرے کے معلم ہوتے ہیں - جو بچے
 بہت دلوں کے بعد پہنچتے ہیں یا عرصہ کے بعد بولنے ہیں اور
 ان کا نہ بہت آہستہ آہستہ ہوتا ہے تو یہ سمجھنا چاہئے کہ انکی
 صحبت اچھی نہیں ہے - اگر کوئی بچہ کسی چیز کو دیکھ کر شناخت نہ
 کر سکتا ہو یا اوس کو پکارنے کے نہ ہاتھ پاؤں نہ ہلانا ہو یا کہ
 بے ترکت پڑا رہتا ہو تو سمجھنا چاہئے کہ دماغ میں کوئی نہ کوئی
 خرابی ضرور ہے -

مختلف بچوں کو مشنا نہ اوقات اغتر میں ہات کرنا اور پلٹنا
 آتا ہے - بعض بچے چڑاہوں کا بغیر میں بھی ایک جلاں صاف طور پر
 زبان سے ادا نہیں کر سکتے لیکن پھر تھوڑے دلوں کے بعد جلد
 ہاتین کر سکتے ہوں پہنچ کر سمجھ لگتے ہیں اور اس توثیق کی تلاشی

ہو جاتی ہے۔ جب کوئی بچہ سست اور شیر مروہ رہتا ہو تو فوراً
ڈاکٹر کے پاس لے جا کر سبب دریافت کرنा پڑتے۔ سینگھن بیماریوں
کا اثر بچوں پر ایک ہی قسم کا نہیں ہوتا بلکہ قوت اور منو وغیرہ پر
اثر پڑتا ہے اگر بد تھنی مرضیں ہو جائے تو اوس کا بھی اثر اوسکی
تمام بالتوں پر ہوتا ہے۔ کیونکہ کمزور بچہ کا دماغ بھی کمزور ہوتا ہو
ایسے بچوں کی پرورش اور پرداخت میں بڑے صبر اور خوبی
کی ضرورت ہے۔

بعض بچوں کے پیٹ میں کرم پیدا ہو جاتے ہیں اور طحال
بڑھاتی ہے سعدہ کمزور ہو جاتا ہے کھانا ہضم نہیں ہوتا اور ضعف جگہ
ہو جاتا ہے۔ ان وجہ سے اوس بچہ کا مزاج بھی جڑپڑا ہو جاتا ہو
خراب آب و ہوا ان امراض کی اصلی باعث ہوتی ہے۔ تیز گرد و نکو
گندہ رکھنا بھی اس کا پڑا باعث ہے تبدیل آب و ہوا کی غرض سے
پھاڑ وغیرہ پر جانابست سفید ہوتا ہے مناسب غذا یا خوب سونا
اور تازہ ہوا سے رفتہ رفتہ اعصاب کو قوت پہونچتی ہے۔ کسیدہ
اپنے سے بڑے بچوں کے ساتھ کھینکو دنے کا اثر منو پر اچھا
پڑتا ہے۔ بچوں کی ہر خواہش کو پورا کرنا سخت غلطی ہے ورنہ^ا
اویں کی عادت خراب ہو جائیگی وہ جلد سیکھ جاتے ہیں کرونا

چیز کے حاصل کرنے کا ذریعہ ہے۔

نا فرمان بچوں نکل خوش نہیں رہتا اس لئے تند رست
نہیں رہ سکتا یہ بہت ضروری ہے کہ بچوں کو دوسرے کا خیال کرنا
اور پاس خاطر کی عادت زمانہ طفولیت ہی سے ٹوٹانا چاہئے۔ ایسے
بچوں کے ساتھ اگر دوسرے بچے بھی ہوں تو بت مدد طقی ہے۔
جو بچے کسی گھر میں تنہا پرورش پاتے ہیں اور ان کے ہم عمر
بچے گھر میں نہیں ہوتے تو خسارے میں رہتے ہیں

بچوں کا مائیم بل

مان کو لازم ہے کہ ابتداء ہی سے بچہ کے لئے مائم بل مقرر
کر دے اور اپنے فرائض اور ڈیلوٹی کو اوس کے حافظے میں مرتب
کرے سب سے پہلے تو بچہ کو ۵ یا ۶ بچے علی الصبار حلقہ ملنا چاہئے
اور اپنے پلنگ پر وہ اُس وقت تک سوتا رہے جب تک کئے غذاۓ کا
وقت نہ آجائے اور مخلانے کا کام مان کو اپنے ہی ذمہ رکھنا چاہئے
یا ہوشیار نافی یا دادی اُس کو کرے تاکہ کبھی کبھی تو بچہ کی حالت جماعت
اور اوس کے نہوں کی رفتار کی کیفیت معلوم ہوتی رہے۔ غسل ہے
بچہ کو جلد فارغ کر دینا چاہئے تاکہ سردی نہ لگے اور ہر مرتب غسل کر کر

قبل جس چیز کی ضرورت ہو وہ سب سپتار دیک موجود رہنی چاہئے
ابتداء پانی کا پھیر بھر ۹۰ سے ۹۹ تک ہونا چاہئے لیکن بعد ازاں
رفتہ رفتہ ۸۵ کر دینا چاہئے۔ گود میں لیکر اول بچھ کے تمام
جسم پر صابون لگایا جائے بعد ازان ایک بار یک تو لیہ میں
پھیٹ کر گرم پانی میں اوتار نا چاہئے اور دو منٹ سے زائد پانی
میں ہر گز نہ رکھنا چاہئے۔ شب سے نکلتے کے بعد ٹھنڈا
انسخ اوسکی ریڑھ میں پھیر کر تمام جسم پوچھہ دیا جائے اور خشک
ہاتھوں سے مالش کیجائے اور پانچ منٹ تک روغن زیتون سے
مالش کریں بعد ازان کپڑا پھتنا دیا جائے۔

گرم پانی میں پا یوراسک لوشن میں روٹی تر کر کے منہ کو
صاف کر دینا چاہئے۔ غسل کے بعد دودھ پلانا چاہئے۔ اور
اگر سوئے تو تازہ ہوا میں سلانا چاہئے۔

دن میں جب سلا یا یالٹا یا جائے تو باہر ہوا میں بشرطیک
ناموقوف نہ ہو لذعہ زائد بچون کو تازہ اور صاف ہو اکی بہت
ضرورت ہوتی ہے اور جب تازہ ہوا ہمین پاسے تو روتے ہیں
کمزور اور زیادہ دن کے پچے کو آیا گود میں لے کر باہر لے
جا سکتی ہے۔ قیصر سے ہفتہ کے بھلایہ وال برآمدے میں دن میں سلا سکھی ہے

بیڈر ہم ہوا دارا اور اپنا ہونا پتا ہے۔ دوسرے پھون کو اوس میں
نہ سلا نا چاہتے۔ اور نام گفت پوچھتے اور کہا سے وہیہ خورا
کھرا ہے اور کر کے غسل جان میں رکھ کر پانی میں ڈال دینا چاہے
شام کے وقت اپنے بیٹے پلاں کے پہلے خواصیہ بچہ کے
کھڑے بدل دیتے جائیں اور سوچہ گرم پانی سے دھو کر
پوچھ رہے تو پہنچا ہے۔ فلاں کے کچھ سونے میں پھون کو
جس سفید ہوتے ہیں اور زدن کو سر دنی سے منوط رکتے ہیں
وزیر کل اور زدنی چادر سے ہلکی اونی جا درمیں قابل ترقی ہوتی
ہیں۔ سر دنی کے باعث، بہاری جیزروں کے اڑا بادیت کی وجہ
بچے جاگ اٹھتے ہیں اور رونے لگتے ہیں مان کو معافیاں ہوتا
کہ ہوک کی وجہ سے رو تاہے وہ اٹھکر خوراً دودھ پلا دیتی ہے
سلاں کو اوس کو غذہ اکی ضرورت نہیں ہوتی۔ سوسم سرمایہ ایک
گرم پانی کی بیوی تل بستیر میں بکھنا چاہیے جیسا کہ اوپر بھی بیان کیا گیا ہے
ٹانکر گردی قائم رہتے اور بچہ کو خوب نہیں اب تھے۔

سوچے ہوئے تدریجیت بچے کو دودھ پلانے کے لئے ہرگز
نہ جھکانا چاہتے۔ کمزور اور قبل از وقت سولود کو البتہ شب میں
غذا دینے کی ضرورت ہوتی ہے۔ دودھ جو دیا جائے وہ قدری

و تختہ کے ساتھ دیا جائے اور رچنگ کے ایسے بچوں نہیں افسوس کرنے والے
 ہوتا ہے اس لئے تمہاری تہواری شفاذان کو ہر دن کجا ہے اگر وہ دو
 بلانے میں وقت کی پابندی کا خیال کریا جائے اور شفاذان موافق اور
 مناسب دیکھائے تو منہ محنت اشیاء، مثل انیون وغیرہ کے جنکو
 مائین تنگ اوز پچوان کو استعمال کریں ایک اون کی ضرورت
 نہ ہوگی۔ مائین اکثر بچوں کو تعویذ وغیرہ پہناتی ہیں اون پر
 کچڑے کے علاف ہوتے ہیں جو بوجہہ کثیف اور میلے ہونے کے
 بہت اقصان کرتے ہیں اگر تعویذ پہنائے جائیں تو چاند ہی یا سوچ
 میں سندھوا دئے جائیں اس کے علاوہ لگلے میں رہ لٹکتا ہوا ہوتے
 جب سیلا ہوتا ہے تو اوس پر جرا نیم پیدا ہو جاتے ہیں۔ اور جب بچے اسکو
 چوستا ہے تو وہ بسراشیم شکم میں جا کر بیماریاں پیدا کرتے ہیں ماسٹے
 اوس کو بھی دہو کر صاف کر دیا جایا کرے اور لگلے میں لٹکا نیکا ڈورا
 ہمیشہ بدل دینا چاہئے۔ خالی رہڑ کی چو سنی نے جبڑے اور رخونہ کے
 نکر پر خراب اثر پڑتا ہے اور معدہ میں ریا جبید العدیشی ہو جاتی ہے
 البتہ اگر پر کھنڈ طبی سخت ہو تو جبڑے کی ٹہریاں ضبوط ہوئی ہیں جن سندھوا صحت
 بچوں کی تربیت اچھی ہوئی اور ابتداء ہی سے اون کو کوئی چیز مانگنے کی عادت
 نہیں ٹالی جاتی تو اون کو کسی فضول چیز کی ضرورت نہیں ہوتی۔

جب بچہ پھوڑنے میں اور چڑھا ہو گیا ہو تو انہیں کہرے میں جپ پھاپ
 اوس کو لٹکر سلا دینا چاہئے اور وہ دیر تک پڑا سویا کرے۔
 شب میں سونے سے پہلے اگر مان بچہ کو حاجتی پر بٹھا کر روزانہ
 پیشتاب وغیرہ سے فارغ کر دیا کرے تو تھوڑے دنوں کے بعد
 اوسکو عادت پڑ جائے گی اور شب میں رومال وغیرہ خراب
 نہ ہون گے اگر ابتداء ہی سے عادت ڈالی گئی تو حاجتی پر بٹھانے
 کے ساتھ وہ سمجھہ جائیگا کہ اوسکو کیا کرنا چاہئے اور خود بچہ اور
 مان دونوں تکلیف سے بچ جائیں گے۔

ہر مرتبہ دو دو بلاں کے بعد اور شام و صبح ہوا خوری کو
 جانے کے قبل احتیاطاً بول و برآز کے لئے بچہ کو بٹھا دینا چاہئے
 اس طرح عادت پڑ چانے پر ایک سال کے بعد بچہ بستر وغیرہ گئے
 اور خراب نہیں کرتا۔

اس طرح ہر اگر بچوں کے کھانے، سونے، خلانے اور کھیلنے
 کے اوقات سعین کر دنے جائیں اور بچہ عادتی کیا جائے اور اوس پر
 سختی سے پابندی کیجائے تو ایک لمحہ مان کو سعلوم ہو جائیگا کہ
 بچہ کی لشود نماگس قدر عمدگی کے ساتھ ہو رہی ہے اور بچوں کو آئے
 دن سہی سارہ ہو جائے اور اوس کی کوفت و تکلیف سے وہ خود

بھی محفوظ رہے گی ۔

جن بچوں کی تربیت و شوونما ان اصول پر کی جاتی ہے وہ
مختلف امراض سے محفوظ رہتے ہیں اور جسمانی اور دماغی لحاظ
تو ادا و سنبود ہو کر اپنی عمر طبعی کو پہنچتے ہیں ۔

باب پنجم

نئے بچوں کے امراض

دوا علاج - بیماری کی ابتدائی علامات۔ نال سے خون نکلتا
تتشنج - آنکھ کا آنا۔ یرقان گلے کا آہانا۔ چھٹے - بال خورا۔

جو مان بحالت صحت اپنے بیکے کی فشو و نما کو بغور دیکھتی رہتی
ہے اوسکو بیماری کی خفیف علامت اور فشو و نما کی دراہی بھی کہی
غور امحلوم ہو جائیگی - اور جو نکھر جسمانی اور اخلاقی صحت کی بنیاد
ابتدائی دو سالوں میں پڑ جاتی ہے اس لحاظ سے یہ ابتدائی
دو سال زیادہ اہمیت رکھتے ہیں -

یہ ہی دو سال ایسے ہوتے ہیں جن میں خدا کی بے نریتی سے
بچوں کی ہڈیاں کمراؤ ر پڑ جاتی ہیں اور ام الصیابیان اور تشبیحی امراض
کی شکایات بچوں میں پیدا ہو جاتی ہیں یا ماخصہ میں فتور ہو کر ہمیشہ
کے لئے بچے کی تند رفتگی خراب ہو جاتی ہے، علاوہ اسکے اگر اس نہ ہٹا

پرے طور پر پائیدی اور کافی طور پر بچکی نگرفتی تھی جائے تو بچہ کے اعصاب پیشہ کے لیے کمزور ہو جاتے ہیں اور خلائق طور پر بچے اس قدر کمزور ہو جاتے ہیں کہ خصیقت وجوہ سے بمقابلہ جوانوں کے زیادہ نقصان پوری جاتا ہے اگرچہ جوانوں کے مقابلہ میں بچہ کو جلدیات اور مندرجتی بھی حاصل ہو جاتی ہے، فی الواقع پہنچا سکتا ہے کہ جوں کی صحت، اور بعد صحت کے درمیان بہت بھی تباہ افرق پڑتے اور خصیقت اس باب پر فوراً اعراض پیدا ہو جاتے ہیں، بعض اوقات بچھنی یا کسی دوسرے خصیقت سبب سے نہز بھار آ جاتا ہے لیکن اجتنی کرنے سے فوراً ٹسپر پر گھست جاتا ہے اور بچہ اچھا ہو جاتا تو بعض وقت مانگنے کے زمانہ ہے یہ اثر بچوں پر ہوتا ہے کہ اپنے اور انکے بچوں کو نیند کم آنے لگتے ہے۔

ہر بار کو لازم ہے کہ زمانہ طفو لیست کی عامہ بیماریوں کو معلوم کرے۔ اون کے علامات، درس باب اور اوران سے بچھنے کی تفتیح کو جوان لے تاکہ بڑی بیماریوں کی علامات فہرست پر محفوظ نہ ہونے پاسے۔ اور چھوٹی چھوٹی شکایات اور معمولی شکایات سے پریشان نہ ہو۔ اگر خصیقت و معمولی شکایات کا وفیعیہ شروع ہی میں کر دیا جائے تو خراب نتائج کا سند باب ہو جاتا ہے۔

دوا علاج

جب کسی گانوں یا ایسے مقام پر رہنے کا اتفاق ہو جہاں دا دینہ شرمن
آتی تو وہاں مکان میں مختلف قسم کی ادویہ کے موجود رکنے کا شوق
ہوا کرتا ہے اور ماہین فراہی کوئی شکایت بچپن میں دیکھتی ہے تو
فوراً دادیت کے لیے اٹھ کھڑی ہوتی ہیں مگر جس بچپن کی تربیت
اچھی اور با اصول ہو رہی ہو اور غذا مناسب اور قادر ہے کے ساتھ
وہی جاتی ہو اوسکو دو اکی ضرورت شاذ و تادر ہوتی ہے۔ اٹھ کچھ
دوا پلانے میں عموماً فائدہ سے زیادہ نقصان ہوتا ہے۔

واقعی بات یہ ہے کہ جس قدر دوائی خواص و اثرات معلوم
ہوتے ہیں اوسی قدر اون کے استعمال کرنے میں ڈل چکتا ہے
بچوں کے سعولی امراض و عوارض کے۔ وکٹن کی بہترین تسبیرت ہو کہ اون کو
آلام دیا جائے بلکہ غذا توقف سے کھلائی جائے غسل کرایا جائے اگر دوائی کو انسان میں دوا
جسکو ہر ایسا باتا ہو اور ایسی ہی دوائیں خانگی دو اخوات میں رکھی جائیں اور
وہ بھی خصیف حالتون میں نہ استعمال کریں بلکہ خاص حالتون میں نیچا کیں
گھر میں کبھی تھی ادویہ نہ کھنی پاہیں کیونکہ اس سے بہت خطرناک
نتائج نکلتے ہیں۔ نوین باب کے آخر میں ضروری اور منفید ادویہ کی
فہرست درج کردی گئی ہے۔ اُن کے رکنے کے ظروف پر اُنکے نام پڑھنے

پر لکھ کر چیپاں کر دیے جائیں اور دو استعمال کرنے کے بعد الماری
ستقل کر دی جائے تاکہ بچون کی دشمنی نہ ہو۔

بچون کو دو اپلانے میں خوبصورت رنگیں لگانے استعمال کرنا
چاہیے تاکہ دوانا گوار اور ید رنگ نہ کھلانی وے اور تلخ و بد منزہ دوا
کو شیرین بنالا کر بچہ کو پینے کی ترغیب و تحریک دلاتا غلطی ہو اس کو یہ
دہو کا یاد رہتا ہے اور آئندہ تکلیف دہ ہو جاتا ہے۔ دو اپلانے کے
پہلے اور بعد تھوڑی شکر جٹا دو۔ اور کہو کہ یہ دو اتفاق کر گئی۔ دو
بیز ہے فوراً بی جاؤ۔ جو بچوں کو ذائقہ میں چندان انتباہ نہیں
ہوتا اگر تھوڑی تھوڑی دوادی جائے تو وہ گھونٹ سے پی جاتے
ہیں اگر سفوف کھانا ہو تو گلیسین *cerian* ہے میں بھی ڈبو کر سفوف میں
ملاؤ اور بچہ کی زبان پر اتر رکھہ دو۔ بڑے بچوں کو اگر سفوف
دیتا ہے تو جیلی یا جام کے بیچ میں رکھ کر دیا جائے۔ قبل دو اپلانے
بخار والے بچے کے موٹہ کی خشکی کو ایک بچہ گرم یا مقتطع بانی سے دو
زردینا چاہئے۔ اور دو اپلانے کے بعد ہمیشہ ایک لمحہ سٹ پالی پلا دیا
جائے۔ نرم و ریشمی کٹرے سے منہ صاف کرو دیا جائے۔ لیکن اس قیمت
کی احتیاط رکھی جائے کہ کٹرے اضافہ ہو۔

کاڈلین آئیل *oil of Calamus* دینوں کے قابل گزر اس انگل سوچھیں کھو بیجا ستر

اسکی بجزگی زبان پھلوم نہیں ہوتی اور قدر رہے۔ باقی کاربونیٹ آف سوڈا۔
 Bicarbonate of soda کو ٹرائیل گرم دودھ میں حل کر کے پلانا چاہئے اسکے خاص
 آٹ مالٹ Extract of malt بھی گرم دودھ میں دینا چاہیے خاص طور پر
 یا شدید ملکر کوین دی جا سکتی ہے۔ بچوں کے سامنے بیٹھکر دوڑتیا رکھنا
 پاہے یہ ملکہ تیار کر کے بچہ کے سامنے لائی جائے۔ اور جلد پلا دین چاہئے۔

بیماری کی ابتدائی علامات

بچہ کی تندرستی میں جبذر ایسی فرق ہو تاہے تو ماں کو خوارا پتہ
 چل جاتا ہے لیکن بعض علامات خوبی ایسی ہوتی ہیں کہ اگر ماں کو علامات
 حرض پہچانت کی تعلیم نہ دی گئی ہو اور ہمیشہ وہ ہوشیاری سے دیکھتی
 ہو رہے تو ممکن ہے کہ اوسکی نظر خطا کر جائے اگر ان ابتدائی تسبیب کرنے والی
 علامات سے غفلت کیجاوے تو قابل اسکے کہ ماں کو علم ہو کر بچہ واقعی بیماری
 سے یا نہیں اوسکی زندگی خطرہ میں پڑ جاتی ہے۔

امر ان کی بعض علامات کا تذکرہ پہلے بھی کرو یا گیا ہے۔ پاختانہ
 کے رنگ یا تو ام کا تغیر ہوتا، پیٹ کا زائد از اعتدال پہول جاتا، یا
 پھٹا ہو جانا۔ یا بد خصی کی وجہ سے تالو کا بیٹھ جانا یہ سب بچہ کے مریض
 ہیں کی علامات ہیں

بچہ کا بدن حالت سخت میں نہ تو بہت خنثہ ا ہوتا ہے اور نہ بہت گرم اور عضلات ملائم ہوتے ہیں۔ اور مرض کی حالت میں اسکے خلاف بدن خشک گرم اور سخت معلوم ہوتا ہے، مثہ بھی خشک ہو جاتا ہے اور زبان بدرنگ ہو جاتی ہے،

بچہ جس حالت میں لیٹا ہوتا ہے اوس سے بھی مرض کی بہت پچھے کیفیت معلوم ہوتی ہے۔ اگر بد ریضی کی وجہ سے پیٹ میں درد ہے تو جست یا کروٹ سے لیٹے گا اور یا کیا اپنے رانوں کو اور پر کھینچنے کا اور کھینچنے کے وقت درد کی وجہ سے روند لے گا اور دلوں ہونٹیں جدا ہوں گے یا ان تک درد کی وجہ سے کچھ اٹھیٹنے کے واثق یا مسوڑ ہے و کھائی دینگ پیٹ کے درد میں بچہ کھنٹے سکریٹ لیتا ہے اور سچوین پڑھ لیتا ہے اور درد روک جانے پر بچہ اپنے اعضا کو ڈھنڈیا کر دیتا ہے اور جپ چاپ لیٹا رہتا ہے، بعض خطرناک بیماریوں میں بچہ پیٹ کے بل لیتا ہے اور دلوں کھٹھٹے شکم سے ملا رہتا ہے تشنج کے درد میں سرکسی ایک طرف کھج جاتا ہے ایک باز دیاٹنگ سخت ہو جاتی ہے۔ بچہ جلدی سانس لیتا ہے اور درد ہونیکے قبل آنکھوں کی پتکیوں کو گھانا تاہمی درد سرکی وجہ سے بچے اپنے ابر و سکوٹر لیتے ہیں حالانکہ باستثناء اتفاقیہ امر کے یہ عادت بچوں میں خلاف فطرت ہے، تین چار علامات سے امراض سچیہ کی شناخت ہو سکتی۔ ہنسیں بہت بڑھتے ہیں

یعنی ایک منٹ میں بینٹ سے چال میں پا پہنچا س بات نفس ہوتا ہے۔
پسلی اور سینہ میں بہت تیزی سے حرکت ہوتی ہے ناک کے نیچے بھی
حلبی حلبی اور زور سے پھر کتے ہیں اور اکثر اور کچھ جاتے ہیں سینہ
ہاتھ رکھنے سے سانس لینے کے وقت بلغم معلوم ہوتا ہے پیشائی پر بلغمی
پڑھاتے ہیں اور سونے میں چونک اٹھتا یارو نے لگتا ہے کبھی سکیاں
بھی لیتا ہے۔

اگر بچپ کو سردی لگ گئی اور آواز سخت ہو گئی یا خشک اور زور سے
کھانسی آتی ہے تو ان کو چاہیے کہ وہ مرض خناق لاحق ہونے سے ہشیار
ہو جائے۔ سردی لگنے کے بعد یہ بیماری اکثر ہو جاتی ہے بعض اوقایاں کیاں
زور کے ساتھ سونے میں کھانسی شروع ہو جاتی ہے یادوں میں کوئی قوت
اور تھوڑی تھوڑی دیر کے بعد ہوا کرتی ہے، بالآخر اس قسم کی کھانسی میں
بچپ آسانی سے اور بھیک طور پر سانس نہیں لے سکتا یہ کھانسی خطراں ک
ہوتی ہے عقلت ہرگز نہ کرنی چاہیے اور فوراً ڈاکٹر کو دکھا کر علاج شروع
کر دینا چاہیے۔ بچوں پر نمونیا کا اثر بھی بہت جلد ہوتا ہے اور اُسکی علامت
یہ ہو کہ بچپ مونہ کھول کر حلہ جلد سانس لیتا ہے اور سانس لینے کی حالت میں نہ
پھول جاتے ہیں، بچپ کو نمیدہمیں آتی اور وہ دانت پیتا ہے اور چونک
پڑتا ہے یا کیا کیا جاگ اٹھتا ہے اور چلا کر رہنے لگتا ہے یہ علامت بھی

اور امراض سرور میتھا سافت اقسام کے بخار میں مشترک ہوتی ہیں۔ سخ رنگ کا پیشاب بخار کی خاص نیلامت ہے۔ امراض قلب و شُش لعنی (بچھیرڑہ) وجگر میں ہاتھ پاؤں سوچ جلتے ہیں۔

سب بخاریوں میں بچے لپٹنے چھوٹے پلنگ اور بستر پر تنہائیں سوکتے جو مائین کہ ہوشیار اور اپنے بچوں کی ہر چیزی بڑھی بات کو دیکھتی ہی ہیں یہ ممکن نہیں کہ ایسی چبوٹی اور خفیف علامات کو وہ سمجھنا سکیں مثلاً بچوں کا کم ہو جانا ایچ کا ضھول ہونا۔ کھلونے وغیرہ سے ول تہبلتا انگوٹھے کوئی میں دبائے رہتا کھلنے یا کھڑے ہونیکی خواہش نہ کرنا جلد جلد سر کی طرف ہاتھ دھلانا۔

ان باتوں سے سمجھنا چاہیے کہ سرین درد یا کوئی تکلیف ہے۔ اسی طرح بچیں اور روتے رہتا اور سوتے میں چرک ک پڑنا بھی خرابی صحت کی نشانی ہے۔

بعض اوقات پیشاب کے مقام پر خراش ہونیکی وجہ سے سخت گھجلی ہوتی ہے اور بچے کھجایا کرتے ہیں یہ ایک زبون عادت کی بنیاد ہوتی ہے جو تمام نندگی کو برپا کر دیتی ہے۔ گندے پانی میں غسل کرنے یا ٹھیک طور پر رومال نہ استعمال کریکی وجہ سے اور جلد کے چیل جانے کی وجہ سے گھجلی پیدا ہو جاتی ہے۔ اسعا میں کرم پیدا ہو جانے سے بھی ایسی ہی خواہش

ہو جاتی ہے۔

کیا نوجوان ماؤن کو بچوں کی حالت بغور دیکھتے رہئے اور انتظام کرنے کے جو طریقے اس کتاب میں بتلائے گئے ہیں وہ زیادہ شکل معلوم ہوں گے، نہیں انکو یاد رکھنا چاہیے کہ بچوں کی پروش اور تربیت کرنے میں انکو بہت سبق حاصل ہوتے ہیں اور جو سبق وہ اپنے حاصل کریں گی وہ آئندہ ماں بیٹے کے اہم فراز کی انجام دہی کیلئے ان کو بہت مصبوط کر دیں گے۔

یہ امر سلسلہ ہے کہ بغیر اسکے کہ مایں تعلیم یافتہ ہوں کوئی قوم سراج ترقی پر نہیں پہنچ سکتی، اور قومی تحریک کی اصلی وجہ صرف ماؤن کی جماعت ہوتی ہے۔

مال سے خون نکلانا

اگر ابتداء ہی سے مال اور دُوری کو خشک اور صاف رکھتے کی احتیاط نہ کیجیا گی تو پانچوین یا چھٹے دن مال کے گر جانے پر ممکن ہے کہ خون خارج ہونے گے ایسی حالت میں بورک نوشن Boric lotion سے دھو کر اور بورک ایڈ بورک Boric acid غب زیادہ پھر کر رونگی کی

ایک بڑی گدی کر باندہ دینا چاہتے۔ دن میں دوبار اس نے سرسرے عمل کرنا چاہتے۔ اور کیسٹر سیل ٹائر Castor Wheel کا دوزر (خوارک) بھی پلا دینا چاہتے۔ ایسی حالت میں غفلت کرنے کا نتیجہ خطرناک ہوتا ہے۔ اپنے ہو جانے کے بعد اگر ناف کسی قدر باہر کو نکل آئے تو ایک بڑی اور چوڑی روٹی کی گدی پر زندگ پوڑھڑک کر ایک پیٹی نے ہر وقت ناف بست۔ ہر رہنی چاہئی اور جون ہون بجن بجپہ کو طلاقت آتی جائیگی ناف درست ہو جائیگی۔ اگر ناف ہپول گئی ہو تو سیسہ کا ٹکڑا اگول کاٹ کر اوس میں چار سوراخ کر کے ناف پر موٹی گدی رکھ کر باندھنا ضریب ہے۔ چھالی ڈھنکہ سکر چھپلی کے تیل کے ساتھ الگانا بھی فائدہ دیتا ہے۔ بچوں کی ناک یا امصار کے بھی خون آ جاتا ہے اگر خون ہوڑا آئے تو کوئی تردندہ کرنا چاہیے۔ بعض اوقات پیکی ہوئی پستان سے دو دہ پینے کی وجہ سے بچوں کی قی میں خون کی چکنکیاں خارج ہوتی ہیں۔

ولادت کے تیسرا چوتھے دن اگر کوئی تند درست بچے یا کاک خون کی قی کرے یا پاخانہ کے ساتھ خون خارج ہو تو یہ حالت نہایت خطرناک ہوتی ہے۔ فوراً اٹھ کر کوبلانا چاہیے، اس دوران میں بچے کو پلنگ پر خاموش لٹا دینا چاہیے اور کوئی غذانہ دینی چاہیے۔

اور اگر خون کے آنے کے بعد برد اطراف (بسم خند) ہو گیا ہو تو گرم غسل دینا چاہتے ۔

تشنج

بعض اوقات ایک دن کے بعد کچھ کو جسم اسکا دورہ شروع ہو جاتا ہے اور عموماً لا اوت کے وقت زر کے دبے جانیکی وجہ سے لیکے نوزائیدہ بچوں کو تشنج ہوتا ہے، اگر کچھ کو خوب آرام سے سوئے دیا جائے اور عمل کے ذریعہ امعاً صاف رکھی جائیں تو خود بخود تشنج جاتا رہتا ہے ۔ اور بعد کے تشنج کی وجہ عموماً بدی نفسی ہوتی ہے ۔ بہت سے بچوں کے معدہ اور امعا، بہت کمزور ہیں اور قدر اپنے بچتے کی وجہ سے فوراً متلی اور مژرو ۔ پیدا ہو جاتی ہیں لیکن رفتہ رفتہ حیب معدہ اور امعا، دلوں اپنا اپنا فعل کرنے لگتے ہیں تو یہ حالت جاتی رہتی ہے ۔ علامات تشنج یہ ہیں کہ کچھ کارنگ کر دے اور تمام بدن نیلا ہو جاتا ہے ۔ انگھیں اور کوچڑی جاتی ہیں اور سفید پتلیاں دکھلائی دیتی ہیں پھر دوڑہ شروع ہوتا ہے، مٹھی بند ہو جاتی ہے اور انگوٹھا اوسکے اندر ہو جاتا ہے چھرو اور ہاتھوں میں تناؤ ہوتا ہے بعد ازاں دوسرے اعضا میں تناؤ ہو جاتا ہے اور نفس

بدقت ہونے لگتا ہے۔ دورہ جب ختم ہو جاتا ہے تو بچہ تھک کر فوراً
چپ چاپ سو جاتا ہے۔

جن بچوں کے اعصاب خلقتی طور پر ضعیف ہیں اور کمزور ہوتی ہیں،
آن کے مدد میں خراش ہونے سخت بخار کے آنے اسے این کرم
بیدا ہو جانے یا دانت ملکنے کے وقت اس کا دوسرا ہو جایا کرتا ہے۔
امم الصسبیان کا مادہ جن بچوں کو ہوتا ہے آن کو اس کا دورہ
خود ہوتا ہے فی الحقيقة اصل سیٹی شنج کا درہ ہی ہوتا ہے اور جن بچوں
کو شیشی سے دورہ پلایا جاتا ہے ادن کو یہ عارضہ اکثر ہوتا ہے جب
شنج کے آثار سحلوم ہوں تو قدما میں ترسیم خود کرنے جائیے۔

دورہ پلانے والی اتنا مقرر کی جائے اور اگر دستیاب ہو تو
قدما میں صرف دورہ دیا جائے اور کافی سستہ ار میں باسلی والی
علیا لام و اڑا water ^{limestone} کا ظاہر کر کے ملایا جائے یا
مصنوعی رضاخت کے بیان میں جن خاص قدماوں کا تذکرہ کیا گیا
ہے آن کا استعمال کرایا جائے، اگر ضرورت ہو تو عمل کے قدر یہ سے
امعاکسو صاف رکھتا ہے دورہ کے وقت ۱۰۔۵ درجہ کے گرم پانی
میں ایک بچہ اسپرٹ ایمونیا ^{ammonium} بارائی ملکر بچہ کو خسل و نیک
فضل دینے کے وقت گرم پانی کا عمل دیا جائے تاکہ امعاء خراش پر یہ کر نیوازے۔

مادون سے صاف ہو جائیں ٹب سے نکلتے کے بعد بچہ کو کمل اڑھا کر
ایٹا دینا چاہیے اور سر پر ٹھنڈے پانی سے پارچہ تم کر کے لکھنا چاہیے
اگر خراش بند کرنے والے اسباب دور ہو جائیں تو پھر دروغ نہ
نہیں ہوتا۔

اگر دورہ بند نہ ہو اور کوئی ڈاکٹر موجود نہ ہو تو گرین
گرین بر و مائیڈ آف پشاشیم Bromide of Potassium
قدار سے پانی اور گلیسیرین Glycerine ملا کر جپہ چہ گھنٹہ کے بعد
دینا چاہیے۔ اگر بچہ دو سال کا ہو تو یہاں ایک گرین کے دو گرین
بر و مائیڈ آف پشاشیم Bromide of Potassium کردیجائے
اور روزانہ ایک خوراک دینا چاہیے تا و قتیک تشخیص کی تمام علامات باکل
دفعہ ہو جائیں۔

بعض اوقات ہندوستان میں لوک کے اثر سے تشنج ہونے لگتا
ہے سخت گرمی اسکا باعث ہوتی ہے اور الیسی صورت میں بجاۓ
گرم غسل کے ٹھنڈا اغسل دینا چاہیے، آٹھ دس منٹ بچہ کو گردن
تک پانی میں رکھا جائے اور ٹھنڈا پانی اوسکے سر پر گراتے رہیں اس
علاج کا اثر ہیرت انگریز ہوتا ہے۔ بخار فوراً اتر جاتا ہے اور ہوش و
حوالہ اپن آ جاتے ہیں۔ ایک یا دو گرین کونین Quinine قورا

دیتا چاہتے ہے۔ بعد ازاں بچپہ آرام سے سو جاتا ہے۔ لیکن اگر بخار پھر آجائے تو بلا توقف ٹھنڈے پانی میں چادر ترکر کے بچپہ کو پیش دینا پاہتے ہے۔ اور حب تک بمار نہ اترے ٹھنڈی چادر اڑھائے رکنا چاہیے۔ ایسے وقت میں اگر توقف سے کام لیا جائے یا پہلو تھی کی جائے تو جان کا خطرہ ہے۔ اور جان ڈاکٹر نہیں ہوتے یادو ہوتے ہیں وہاں بیچاری مان کو تنہا اس بصیرت کو برداشت کرتا ہوتا ہے۔

شدید تشنج کی حالت میں اکثر اعضا پر خفیث فالج کا اثر ہو جاتا ہو لیکن معقول علاج سے چند ہفتون کے بعد یہ شکایت دور ہو جاتی ہو اور بچپہ مضبوط اور درست ہو جاتا ہے۔

آنکھ کا آنا

بعض بچوں کی آنکھیں ولادت کے ایک دور و زیاد پھول جاتی ہیں۔ پپوٹوں کی باریک چلی میں سردی گک جانے یا کسی دوسری قسم کی چھوت سے ورم ہو جاتا ہے۔

خفیث حالت میں ایک لسدار طوبت مثل گوند کے بلکوں میں چپک جاتی ہے اور آنکھیں سرخ ہو جاتی ہیں مگر ہر قسم کی روشنی سے

بچائی اور پورک لوشن *Boric lotion* سے دن بین کئی بازدھوتے
ہفت سے جلد اچھی ہو جاتی ہیں۔ اگر وو قظرے غالص کیسٹر آئیں
کاسٹور آنکھوں میں ڈال دے جائیں تو پلکیں پیپ جانے
سے محفوظ رہتی ہیں۔

اگر آشوب شدید ہو اور تا سکر کان کشیت و گندہ ہو تو آنکھوں کا
آنحضرناک ہو جاتا ہے اجض مرتبہ صرف ایک آنکھ میں آشوب ہو جائے
اور بہت سرخ ہو کر پھول جاتی ہے۔ کافی رطوبت خارج ہوتی ہو
چوپکوں کے نیچے جمع ہو جاتی ہے اور اگر پلکیں اٹھا کر رطوبت حداfat
نہ کر دیجاتے تو آنکھوں کو نخت انقصان پہنچ جاتا ہے۔

جس آنکھ میں آشوب ہو اوسی کروٹ بچہ کو لٹانا چاہیے کہ
دوسری آنکھ چھوٹ سے محفوظ رہتے کم از کم ایک گھنٹے کے بعد میں
کی آنکھ کو کھولتے اور پورک لوشن *Boric lotion* آنکھوں
دین ڈالتے رہنا چاہیے۔

مان کے دودھ کے چانے بھی بچوں کی آنکھوں پر رکنے سے
فائدہ ہوتا ہے۔ یونہجات ٹری اور چوٹی دو نوع عرب والوں کے
لیے مفید ہیں۔

پھٹکری کو اتنا بھوٹا جائے کہ دودھ بچوں جات اوس میں

خود کی سی افیوں اور باتا سہ ملکر لیپ کرنا ضمید ہوتا ہے۔ ہرگز کو عرق گلاہ میں گھسکر لگانا بھی ضمید ہے لیکن آنکھ کا حال ضمید ہے ڈاکٹر کو ضرور دھانہ چاہیے۔

چھٹکری بکری کے دودوہ میں ڈاکٹر دودوہ کو بچاڑہ بایا جائے اور اس کا بنا ہوا پانی چہان کر آنکھ میں ڈالنا ضمید ہوتا ہے۔ ایک رتی چھٹکری چھٹا نک بھر دودوہ میں کافی ہے سلووناٹریٹ لوشن Silver nitrate lotion کا استعمال بغیر شورہ ڈاکٹر کے ہرگز نہ کیا جاوے کیونکہ یہ دوائیز ہے اگرچہ تمام دواوں سکنے پا دہ ضمید ہے۔

آشوب چشم کے علاج میں تازہ اور صاف ہوا بہت ضروری ہوتی ہے بچہ کو برا آمدہ میں تمام دن آنکھوں پر پٹی باند کروٹا بایا جائے اور روشنی باچک رونکنے کیلئے پردہ لگادیتا چاہیے، دوسرا بچوں کو اسکے قریب آنکھ سے روکنا ضرور ہے ورنہ وہ بھی آشوب میں مبتلا ہو جائیں گے۔

آجی ہوئی آنکھ کو چھوٹنے یا دھونکے بعد اپنے ہاتھوں کو خوب دھوکر پرکلورائٹ آفت مرکب یعنی *Perchloride of mercury* کے لوشن میں غوطہ دے لیا جاسے اور تمام روئی اور پٹی جو آنکھ پر

بندھی رہی ہو یا جس سے آنکھ دھونی کئی ہو اوسکو فوراً اجلادینا
چاہئے۔ اور پینگ کی چادر اور ٹکیوں کے غلاف کو جوش دیکر
ڈس انفلکٹ *Disinfect* کر دینا چاہئے۔

پر قان

ولادت کے چند دنوں بعد بچوں کو اکثر پر قان ہو جاتی ہے
جس سے چلد پر زردی آ جاتی ہے اور بچہ پر غنودگی ایسی طاری
ہوتی ہے کہ دودہ پلانے کے لیے پشکل اٹھایا جاتا ہے۔

یہ شکایت ولادت کے بعد ہی نوزائیدہ بچہ کو پو اخسل ہے
کے وقت سردی لگجانے سے پیدا ہو جاتی ہے اس کا
علج صرف یہی ہے کہ خفیت مقدار میں کیستر آسیل *Castor oil*
پلا دیا جائے اور اس سے زیادہ بہتر سحر وار جینی ہوتا ہے۔

ہاتھمہ درست ہو جانے پر پر قان حلید جاتی رہتی ہے البتہ کچھ ذون
کے بعد خطرناک صورت اختیار کر لیتی ہے اور ایسی حالت میں
بلاؤ قفت ڈاکٹر کو بلاتا چاہئے۔

گلے آ جانا

جن بچوں کی قدر تی رضاخت ہوتی ہے اور ان کا موته
حصاف رکسا جاتا ہے اُن کے لگے بہت کم آتے ہیں
اس مرض میں سفید چھوٹے چھوٹے دانے دیبان اون تالو
میں نہ لگتے ہیں اور بچہ دودھ چونے سے مجبور ہو جاتا ہے پسینہ کی
گندگی اور شنسل کے لئے لگے یاں کسی چیز کے پہنانے سے یہ شکایت
اکثر ہوتی ہے۔ اور مرض بچوں کی آتنون تک بیش کر ہوئیج باتا
ہے، چونکہ یہ متعدد ہوتا ہے اسیلئے تدرست بچوں کو بھی ہو جائے
ہے۔ اسدا کھانے پینے کے بیتن اور دیگر چیزوں جو مرضیں بچے کے
استعمال میں رہتی ہوں اون کو ڈس انفلکٹ کرنا چاہیے۔

ہر مرتبہ دودھ بلاسٹنے قبل اور بعد بور ک اشن
بین پکڑا تر کر کے ہونہ کو حصاف کر لینا
چاہیے، اور ایک ملا کم برش سے گلیسیرین Glycerin
اور سہاگہ درد کی جگہ لگا دینا چاہیے۔ اگر مرض عرصہ سے اور شدید
ہے تو بیشورہ ڈاکٹر علاج کرنا چاہیے۔ ڈاکٹری کتاب میں دیکھا گیا
ہے کہ گلائی کو تھامنی مولائٹ Glycamoline Thymoline

کا ضماد بہت مفید ہوتا ہے۔ ایک حصہ گلائی کو جھانی مولائیں میں و
حصہ کرم پانی ملایا جائے۔

چھٹے

بہت چھٹے اور کم عمر چھون کے جسم پر چٹے پڑ جاتے ہیں۔
اور وہ شروع میں بہت باریک معلوم ہوتے ہیں۔ اور ان یعنی چھٹے
سے درد ہوتا ہے۔ سرخ رنگ کے دانے یا گرم دانے پیدا کیش
کے بعد تمام جسم پر شل چھٹوئی چھٹیں پھنسیوں کے دھملائی دستے ہیں
یہ علامت ہاضمہ کے خراب ہو جانے اور سبکے ضرر میں گرمی نیا
ہوئیکی ہوتی ہے اس کا علاج صرف یہ ہے کہ ایک ملکی خوراک کی مشہور
گراند *Castor oil* یا سفوف دارچینی کی بجھپے کو دریکے تمام جسم پر
روغن زیتون کی مالش کی جائے یوراسک *Boric acid* اور
زندک پودہ *zinc powder* تام جسم پر چھڑ ک دیا جائے اور جن
چھون کو دودھ شدیشی کا دیا جاتا ہوا دن کی نہاد میں تخفیف تریم
کر دی جائے۔

برسات کی سخت گرمی میں اور متغیر اور میدے کیڑے بہنا
کے چھون کے آلتیان نکل آتی ہیں جن سے اون کو سخت نکلیق ہوتی ہے

لیکن وہ بچے جن کے جسم میں تسل خوب لگایا جاتا ہے اور بہرہ نہ
رکھ جاتے ہیں بہت کم اس مرض میں بستلا ہوتے ہیں ۔

آلیان بعض اوقات یک یا کم تام جسم پر نہ دار ہو جاتی ہیں
اور معلوم ہوتا ہے کہ تمام جسم پر دانے ہی دانے بھل آئتے ہیں
ان میں ایک قسم کی سوزش اور کھلی ہوتی ہے نہیں کم آتی ہے اور
بچہ غصہ ہو جاتا ہے ایسی صورت میں غذائیں تبدیلی کر دیتے ہیں یادو دہن
زیادہ باری واٹر Harley water میں اور بلکہ کچھ اپناتے
اور غسل کے بعد زیتون یا ناریل یا صندل کا تسل ملنے یا آدم کی کھلی
یا ملتانی مٹی لگانے سے فائدہ ہو جاتا ہے ۔

بچہ کو آلیان بھلی ہون تو بچا سادہ پانی کے دن میں جو باہ
اوٹ تسل Oat meal کے پانی سے غسل دینا چاہیے ۔ اور
تسل کی ماش کے بعد تمام جسم پر اکسائز اف زنک Zinc Oxide of zinc خوب
خوب چھڑک دینا چاہیے اگر ان تباہی سے آلیان دفع نہ ہوں تو
تبدیل آب و ہوا کیلئے پھاڑ کو چلا جانا مفید ہوتا ہے درد بچہ کو بخنا
اور ضعف ہو جانے کا احتمال ہے، ہاضمہ کی خرابی، عام جسمانی کمزوری
اور کمی خون کے باعث جلن اور بھنسیان نکلتی ہیں ۔ اور یہ کمی قسم کی
ہوتی ہیں ۔ اور اکثر بہت چھوٹے چھوٹے بچوں کو جھی بھل آتی ہیں ۔

بعض اوقات سوروثی فساد خون یا غسل میں بد احتیاطی اور بچپن کی
حیلہ میں خراش وغیرہ پیدا ہو جانے سے یہ بھنسیان ہو جاتی ہیں۔ اس
مرض میں چھوٹی چھوٹی شفاف بھنسیان بہت لگجان پانی سے بھری ہوئی
پیدا ہوتی ہیں پھر وہ بچھوٹ جاتی ہیں اور جو رطوبت خارج
ہوتی ہے وہ لیتوکھرندٹ کے جنم جاتی ہے اون میں شدت کی خاشر
ہوتی ہے اور کھینچانے کی وجہ سے اون میں سوزش زیادہ ہوتی ہے
اس عارضہ کے علاج میں سب سے پہلے غذا پر توجہ کرنی چاہیے۔
تمام قسم کی نشاستہ دار غذا اور شکر سے پرہیز ہونا چاہیے۔ سختی،
اور انڈے کا پانی چھوٹی بچوں کے لیے بہت سخت غذا ہوتی ہے
جسم کو پانی اور صابون سے نہیں دہونا چاہیے، بیجاے صابون کے
اوٹ میل و اثر لیکھر لیکھر (Oil meal water) یا پانی میں انڈا پھینٹ کر
استعمال کرنا چاہیے، یا میں سے نہلانا چاہیے۔ خفیف حالات میں
روزانہ غسل کے بعد رونخ نزیتون میں پارچہ نہم کر کے بدن کو پوچھ
دینا چاہیے۔ اور زنک Zinc کا مرہم دن میں دو تین بار
لگا دینا چاہیے۔ اور خارش اور کھلی زیادہ ہوتے تو ڈاکٹر سے مشورہ
کرتا چاہیے اور اگر دن میں کئی بال لکھوشن Lead lotion
سے دھو دیا جائے تو بہت تسلکیں ہو جاتی ہے۔

چیلی کے تیل اور لیموں کے عرق کا مرکب لانا بھی مفید ہوتا ہے۔ آم کی گری جبکو بھی بھی کتنے ہیں گھسکر لگانا بھی فائدہ دیتا ہے۔ ایک گرین سفوف دار چینی اور بانی کاربونیٹ آف سوڈا۔

Bicarbonate of Soda

بچے کو ٹھنڈا ک پختی ہے اور اجابت ہوتی رہتی ہے۔ بچے کے ہاتھ میں پٹی باندہ دینا چاہیے تاکہ وہ اپنے جسم کو سمجھا سکے، بعض سخت بچے کے جوڑوں پر کی جلد پخت جائی ہے اور یہ بھی صرف کی ایک قسم ہوتی ہے۔ جوڑوں میں نہیں رہ جانے اور خشک کرنے اور پاؤ ڈرچھڑکتے میں بے احتیاطی اور غفلت کرنے کے آثار وہاں کا چھڑا پھٹ جاتا ہے۔

لخ اور کھٹی ڈکار کے ساتھ بیزرنگ کی اجابت اور بست ہونے پر اکثر بچوں کے پاخانہ کا مقام سُخن ہو جاتا ہے۔ اگر کپ جا تو وہونے میں پائی استعمال نہ کرنا چاہیے بلکہ روغن زیتون سے صاف کرنا چاہیے۔ اسکے استعمال سے دیگر اعضا بھی محفوظ رہتے ہیں اس لیڈ آف زنک *Oxide of zinc* اور لیکسٹر آئیل *Castor oil* کا گاڑھا ضماد دینا محفوظ رکھنے کیلئے لگاتے رہنا چاہیے۔

مختلف قسم کی غذا میں استعمال کرائی جائیں۔ اور کلیسٹرائل
Eastern oil کا بلکا ڈوز Dose دیا جائے اور
روزانہ صحیح ایک ایک گرین دار چینی اور سوڈا سودا Soda پلا یا جا
بچکے پیچے کارو مال جب خراب ہو جائے تو فوراً ہشادیا جائے
اور اوسکو دو بارہ استعمال کرائے کے قبل اچھی طرح دھو لیتا
پہنچیے۔

ہندوستان میں پھوڑے ہر عزمیں عموماً نکلا کرتے ہیں لیکن
بارش کے موسم میں خاص کر پھون اور شیرخوار پھون کو ستاتے ہیں
غذا میں احتیاط ضروری ہے اگر بچکے جسم میں خون کی کمی ہو تو
ینہیں یا کچھ اندر سے بھی غذا میں ایزا کرو دیے جائیں جلد میں کسی مقام
پر ایک محمد و د گول اور ابھرا ہوا ورم جب ایک مرتبہ ہو جاتا ہے تو
پھر اوسکے پڑتھ اور پکنے کو روکنا قریباً غیر ممکن ہے۔ ٹھنڈے بورک لوشن
Borac lotion کی بلپیش بیارہ ۲ گھنٹے تک رکھنے یا مقام مافت
پر کلوراڈن Chlorodyne کا ضماد کرنے سے کبھی کبھی پھون
بیٹھ جاتا ہے اور درد میں سکین ہو جاتی ہے، داخلی طور پر ایک ڈوز
کلیسٹرائل کے بعد کوئی تقویٰ و اشتہ فالز Fowlers
Solution of arsenic صاحب کا بنا یا ہوا سالوشن آف آرسنک

کے استعمال سے بمقابلہ خارجی علاج کے زیادہ نفع ہوتا ہے۔
 مگر بغیر ڈاکٹر کی رائے لیے ہرگز استعمال نہیں کرنا چاہیے۔
 اگرچوڑاپک گیا ہے تو صاف سوئی سے کمول دینا چاہیے۔ یا
 نشر لگا کر مواد نکال دینا چاہیے۔ کبھی بھی پھنسنی کے سبب سے بچون
 کے جسم پر جال کی طرح پھیلا ہوا ابھار ہو جاتا ہے، کبھی ابھرے ہوئے
 دو وٹے سرخ یا سفید رنگ کے پیدا ہو جاتے ہیں جن میں سخت
 کھلی ہوتی ہے اور بعض اوقات یکاک تام جسم پر پھیل جاتے ہیں
 اسکو دیکھ کر ان پر یہاں ہو جاتی ہے لیکن رقیق سینیٹ نامی^{Magnesia}
 اور سفوف دار چینی کو ملا کر ایک خوراک استعمال کرنے سے جلد چا
 ہو جاتا ہے اور نیم گرم پانی میں وہ میں اثر Oatmealwater
 یا بانی کاربونیٹ آفت سودا^{Bicarbonate of Soda} کے غسل کرایا جائے تو خارش تے لیکن ہو جاتی ہے۔ اس قسم کے
 چٹوں کو ندو دار ہونیکے دوسرے دن غائب ہو جانا چاہیے اگر
 گورے بچون کو سرخ بادہ ہوتا ہے اور جس خاندان میں یہ مرض
 ہوا وہ کوٹھا س سے پرہیز کرنا چاہیے غسل، پرگنیم اصل سرخ
 صندل سفید، بجا، خشک، کو خشک، بالچھڑ، منڈھی، چرائست،
 ان سب کو صاف پانی میں جوش دیکر اوس سے نہانہ مخفیتی ہے، اگرچوڑا

پی بھی کے تو نہ سیب ہے، یہ مرض اکثر بڑے آدمیوں کو بھی
ہو جاتا ہے۔

بال خورا

بال خورا سخت متعدی مرض ہوتا ہے زیادہ عمر کے بچوں کی
چھوٹ سے یہ مرض چھوٹے بچوں میں ہو جاتا ہے، تھوڑے تھوڑے
کر کے مختلف مقامات سے نرکے بال گرجاتے ہیں، ابتداء میں
یا سر پر ایک گول چڑھتے ہو جاتا ہے جس میں خارش بہت ہوتی ہے،
رنگ سرخ ہو جاتا ہے اور اوس پر چھپلے سے اترتے ہیں۔ اگر طلاق
حلدز کیا جائے تو تمام حیمیں میں عیل جاتا ہے۔ اگر سر پنودار ہو تو
فوراً بال منڈادیتے چاہیے ان تاکہ جو دیا چھٹے جو نکلیں وہ دکھائی دین،
جیس وقت چڑھتے نمودار ہو شکر آفایووین Tr. of Goldline
کا دن میں دوبار ضماد کرنا چاہیے۔ اگر اس دوسرے صحت نہ ہو اور
چھٹے چھلیتے جائیں تو کاربولاک اسید Carabolic acids
میں مساوی وزن خالص گلیسیئرین Glycerian ملا کر ضماد
کیا جائے۔ روغن سیاہ اور توسے کی سیاہی بھی مفید ہوتی ہے،
بھور کی گھٹلی جلا کر سرمنڈ اسکے بعد الگان انقدر ہے۔ سیم کی بیل کو چلکر

باب ششم

(تختے بچوں کے آلات الہضم کے امراض)

فتورہ انہمہ نفح در قلنج۔ ق۔ سبزیست۔ شدید دم است فرمی دست

فتورہ انہمہ

آلات الہضم کے امراض بچوں کو عذ اکی بے احتیاطی، بے تربیتی اور سڑی لگانے سے عموماً ہوتے ہیں اور یہ مکھا غلط نہیں ہے کہ اگر ماکن کو منتظر ہو تو ان عوارض سے اپنے بچوں کو بچا سکتی ہیں۔ جن بچوں کو ماہین خود و دہ پلاٹی وہ بھی ان شکایات سے نہیں پرحتے کیونکہ اکثر ماہین جلد جلد و وہ پلاک اپنے آپ کو تخلکا ڈالتی ہیں اور اپنے بچوں کو بھی اُسی حالت پر بچوں چاہتی ہیں۔ بعض ماہین سمجھتی ہیں کہ جب بچہ جائے یاروے یا جب اوسکو جپ سلانا ہو یا جب وہ بہت کرتا ہو یا جب اوسکے شکم میں ریاح پیدا ہوں یا درد ہو یا کسی اور وجہ وہ رفتہ ہو تو بیرون سبب دریافت کئے ہونے ضرور و وہ پلاتے رہنا چاہتے + اگر بچہ اصلی رضاختت محدود ہو اور اوسکو پیٹنٹ Patent عنڈا لیں یا گھائے کا دوہ بھقیل و تیز ہوتا ہے دیا جاتا ہے یا جلد جلد یا زیادہ مقدار میں

جیو ہیا کا سبھے یاد ہے غذائی پروتئین جو بیان کا خود اچھی نہیں ہے بلکہ تو ان وجہ سے
اندر ساتھ پختگی بجا لایا ہے اور یہی غذا اپنی امور یاد و دودھ پلان اخطر کا اور خراب
ستکا بھی ہے اور اس ساتھ اچھا ہے کہ ایک مخصوص مقدار سے زیادہ غذا بچھے
ہم خصم نہیں کر سکتا اور زائد مقدار جو ہم سے پختگی جاتی ہے وہ پڑے پڑے خیر
ہوتی ہے اور مدد اور امعاء میں خراش پیدا کرتی ہے۔

جن بچوں کو شیشی سے دودھ پلایا جاتا ہے اسکے شکم میں گائے کا دودھ
وہی ہو کر خراش پیدا کرتا ہے اور دودھ کے ساتھ جراثیم داخل ہو کر اس عوار پر حملہ
کر سکتے ہیں اور سخت اسماں خشپش پیدا کرتے ہیں۔

نار جنمی طور پر دینے کو بہترین غذا ہیں بینیں باری والی اور ادغمنی بسا وہی اوزان
مگر ابتداء ایک چھپے بخنی دو چھپے باری والی میں لاگو دیجائے۔ اندھے کی بخنی اور
خالص اندھے کی کوئی چیز نہ کر دیجائے (لیکن یہی غذا امین میرے تجربہ کی نہیں)
صرف کتابوں سے دیکھ کر لکھ دی ہیں) شروع کرنے کے لئے ایک حصہ گاؤں کے
خالص دودھ اور دو حصہ پانی کو ملا کر دیتا چاہے۔ المبرمی فوڈ کی البتہ (دور کے
سامانہ سفارشی اسکمی ہوں میں نہ ہو اور المبرمی فوڈ ایک محمدہ غذا ہے اس میں بچپے کی
عمر کے لحاظ سے دودھ زیادہ اور پانی کم ہوتا ہو اچھا ہے۔ اسکے متعلق اور
چند ہدایات اور استعمال کی مفصل ترکیب اسکے قیوں کے ساتھ ہوتی ہے
یہ غذا سب سے بہتر ہیں اور میرے تجربہ میں بھی آچکی ہیں، اسلئے میں

زور کے ساتھ لسکے اپنے ہوئی نسبتیں کرتی ہوں۔

خدا زیادہ دبیجاے تھے کہم بلکہ اپنے کے ہاضم کا ماحظاً کر کے خدا دین پڑے۔
جس طرح زیادہ کہنا اخطر تھا ہے اوسی طرح کہم کھلانا بھی خطرناک ہے۔

جس بچوں کو دو دو کھلاتا ہے اور سیری ٹھیک ہوئے تو انہی مانند شدید پرستی
خراپ اش رکھتا ہے وہ پیچے خصر و پیچھے جاتا ہے اور اسکا مترلح اور دنہ بیٹھتا ہے
اگلوں ٹھوٹوں کے سہما رہے نہماں تشریف ہوتے ہیں اگر انکی بہانہ سے عالم گھنے
ہو جاتا ہیں تو رہنا سخت مترلح کر دیتے ہیں اور نہماں وڑائی ہیں پڑھتے ہیں اور
قدیمیں ہوتا ہے پچھلے اور شیشی کو بھجوں کی طرح چوکتے ہیں اپنے پتوں کا اور جھیل کا پر
جھریان پڑی ہوتی ہیں اور خشکی ہوتی ہے۔ اور بالائیت و ملاحت اور تھوڑے
شیئں ہوتا ہے پچھلے اور شیشی کو بھجوں کی طرح چوکتے ہیں لیکن جس
جلد بھجوں کے ہو بہانے ہیں اور رہنا سخت مترلح کر رہے ہیں۔

اگر پانچاہ کے مقامیں نظر باسٹر کر کر دیکھا جائے تو تھیس کے پیوندیں اور
ایک پتوں ہوتا ہے اور اُنکی رات یہ چلنی سے کھٹکتی ہے اور جو شیئیں اور اخیر میں
پاتتے۔ ایسی حالت ہیں دو دو یا کسی وہ کوئی خدا کی خانہ ہے اور اسکے
کوئی شکوئی فتوح خروج ہوتا ہے۔ ایسی حالت ہے اگر ان خود دو دو پلائی ہو تو
خدا الحکمے اور قسم کی ورزش و محنت بردا کر دے۔ اور سب سے حیران
بھوکھر لیتی ہے کہ چند دنوں تک یہ سمتی ہے اگر احمد کہے۔ ہمارا اسکے سیان کرنیکی

خودرت نہیں ہے کہ دو روز شش کرنے اور شب میں بیٹھے رہنے یا رات کو زیادہ جلاگئے اور دو سکے کاموں میں معروف رہنے کی وجہ سے عورتوں کے دودوہ کی مقدار جلد گھٹ جاتی ہے اور خاصیت میں فرق آ جاتا ہے اونکو چاہئے کہ زمانہ رضا عنت میں بہت سکون اور آرام کی زندگی بس کریں جس سے جسمانی اور قلبی بالیدگی حاصل ہو تاکہ انکی اہلی طاقت بچے کے دو دو پلانیک کام ادا سے۔

ہندوستان میں جو عورتوں زیادہ محنت کے کام یا دو روز شش کرنی ہوں اونکے لئے خودرت ہے کہ ابتدائی تین ہفتے کے بعد دن میں دو یا تین مرتبہ مخصوصی غذا یعنی شیشی کے دودوہ سے بچوں کی امداد کی جائے۔ شیشی سے دودوہ دیجئے والے بچوں کو دودوہ میں اگرڑا اکٹھ سے رائے لیکر انڈے کی سفیدی یا تین ماہ کے بعد قدر سے سیانس فروٹ ٹلادیا جائے تو خوب بڑے اور سوٹھ ہوتے ہیں۔

اگر ہاضمہ میں خفیہ فتور آگیا ہے تو اس طرح پر غذا میں ترمیم کر دینا بہت ضریبہ ہوتا ہے اور مختلف قسم کی غذا پاستہ رہنے سے بچے خوب ہوئے اور متدرست ہوتے ہیں۔

غذا میں قدر سے نک ٹلادیا جائے تو خوب ہضم ہوتی ہے۔ باخصوص کھود رپچوں کو تو نک ضرور دیا جائے۔

نفح اور درد قو لشج

اگر دہی یا غیرہ ضم شدہ خدا مددہ میں رہ جاتی ہے تو اس کا خمیر اٹھتا ہے اور زیادہ ریاح پیدا ہوتے ہیں جس سے شکم بھول جاتا ہے اور چونکہ اصحاب تن جاتے ہیں اس لئے بچہ اپنے دونوں گھٹنوں کو اوپر کھینچ لیتا ہے اور رارہ کر کیا ایک در کی وجہ سے روسنے لگتا ہے ہونٹ نیلے پڑ جاتے ہیں۔ اور نفح کی شدید حالت ہونے لگتی ہے خفیت نفح میں گرم پانی کا عمل دیتے اور شکم پر وغیر کی ماش کرنے اور ایک ڈوز (مقدار خوارک) قلل والٹر *Tillwater* پلانے سے افاقت ہو جاتا ہے۔

بعض اوقات مان کے دودھ میں دوہنیت کم ہونے کی وجہ سے بچہ کا مددہ خالی رہتا ہے اور ریاح پیدا ہو کر مددہ میں بھر جانے سے نفح ہو جاتا ہے ایسی حالت میں پانی ملے دودھ کے ساتھ ایک دشیشی میلننس فوڈ وغیرہ یا دیگر عذاؤں کی بھی دینا چاہئے۔ مان کو مرغxn عذاء میں ٹھانی چاہئیں اور آرام کرنا چاہئے۔

بچے کے اوپر کے جسم کی طرح بچے کو دھڑکی بھی حفاظت سروی سے کرنا چاہئے جیسکے ہوئے میسر پر لیٹنے سے شکم میں سردی پوچھتی ہے لہ مقدار خوارک۔ لہ سر لعث کا پانی۔

اور درد کو لنج پیدا ہوتا ہے جب فوج کا دورہ ہوتا ہو تو علاوہ دگر کم چھپے کے اون کو لاستہ پا چاہے میں پہنچ کر پاؤں کے سینچ باندھ دینا چاہیے تاکہ سردی سے محفوظ رہیں شدید نفخ اور دورہ فوج اگر خدا کی بے استیانی کی وجہ سے ہوتا ہو تو غذا میں احتیاط کرنے شکر کی فدا کر کر وسیتہ اور فرمائی اقسام کی غذا دینے سے لطفی طور پر وفا جائے۔

جن بچوں کو اس کا دورہ ہوتا ہو اُن کو خدرا روغن زیتون کا روزانہ ایک

چمچہ (چار) سفید ہوتا ہے۔

درد کو لنج کی وقت سب سے پہلے بذریعہ اجزا اور اقطر اس پیدا کرنے والے مادہ ہے اس کو صاف کرنا چاہئے۔ دو ٹکڑے کے بعد ان میں تین یا چار ایک یا چھپے (چار) یا اس بارے کی پیشہ ایک لیش Emulsion (butter oil emulsion) اس حادثہ صاف ہو جاتے ہیں یا گرم پانی کا عمل فوراً دینا چاہئے اور مٹھے کے بل اگر صاف پانی کی بوتل پر لٹاسے اور شکر کو تبل سے ماش کرنے سے درد ہیں تکہیں ہو جاتی ہے۔

یہ ہر گھنٹہ تک بالکل درودہ شدیا جائے اور میاد اسماں میں جبکہ خراش رہتے تو باری واطر میں اندٹے کی سفیدی ملا کر تین تیک چار چار ٹکڑے موجود چھپے ہلاتے رہنا چاہئے اور یہ مقدار کافی ہوتی ہے بعد ازاں ایک پھپہ (چار) قلوٹ مگنیٹیا Fluid magnetia کی قوت پلانچا اور کیس فرشتہ کے

دودہ میں دو گین کے حسا سے اس اثر پر آئندہ نیشنل
 بیانی کاربونیٹ آن سوڈا کاربونیٹ *Bicarbonate of soda* پلانے سے شکم میں میں
 بنتا اور درقولج کے اصلی سبب کو دور کرتا ہے ۔

چونکہ شروع میں بچے کا مدد و مشل ایک سے بڑھتے ٹوب کے ہوتا ہے
 اسلئے بمقابلہ جوانوں کے ان کوئے بہت آسانی سے ہو جاتی ہے اور
 کرنے میں تکالیف ہوتی ہے اور مذکور کرنے پڑتے ہے ۔

اجھن پچے دودہ میں کے بعد جس قدر داد دودہ میں جاتے ہیں وہ حصہ
 گرا دیتے ہیں اسلئے دودہ تھوڑا پرانا چاہئے ۔ اور زیادہ دیر کرنے پستان سے
 نہ لگائے رکھنا چاہئے ۔ دودہ پیتے وقت یا اسکے بعد بچوں کے ساتھ کھیلن
 یا لوگوں کے لانا اولاد نامتناہی سب نہیں ہوتا اس سے وہی کردیتے ہیں یا جلدی
 جلدی اور زیادہ دودہ پی جاتے ہیں ۔ سرپستان کو اشکیوں سے دیا کر
 دودہ پلا یا جائے قومان کو دودہ کی مقدار کا اندازہ ہوتا رہتا ہے اور جو
 حصہ بچے دودہ پیزی سے پیتے ہیں اگر ان کو شدید سے پلا یا جائے تو بچہ
 میں ایک چھوٹا سو راخ کر دیتا چاہئے

ابتدائی چند ہفتون تک ماں کے دودہ میں چکنائی اور دہنیت
 زیادہ ہونے کی وجہ سے اکثر قسم ہو جاتی ہے ۔ اسلئے ایک دو تھیجے بذریعہ

شیکش کے پستان سے دودھ نکال کر اوس میں ایک پچھلہ انجم و اٹریا مقتطع
پیانی ملا کر اول چھپہ سے پلانیکے بعد پھر پستان سے پلانا مناسب ہوتا ہے
نفع اور درد قولج کی حالت میں بچھوچھہ دودھ پینا ہے وہ سب فوراً لگ جاتا ہے
بچھہ کو دودھ کی ضرورت نہیں ہوتی اور قدرت اس طریقہ سے اوس بیکار
اور زائد دودھ کو درفع کر دیتی ہے۔

نفع کا حلچ کرنا چاہئے اور لگائے کا دودھ اگر پیتا ہو تو بند کردنا چاہئے
گر پستان سے دودھ پلایا جاتا ہو تو آمیزش کر کے حسب طریقہ بالام چھنٹ
تک تھوڑا تھوڑا دیا جائے۔

جب تھے کو ساتھ جا ہوا دودھ مثل ہی کی خارج ہوتا ہو تو آہ گھنٹہ تک سعدہ کو کافی آدم
دیا جائے۔ اسکی روکن کے لئے خالص مقطر پیانی یا بہت بہکایار لی واطر دیور ہنا چاہئے فوراً
چھپہ (چار) کمیسریل دیا جائے اور بعد ازاں ایک پچھلہ (چار) ڈل دارہیں وگریں میں کاربو
آن سو ڈھن کر کے دودھ گھنٹہ کے بعد پلانے کو سعدہ کو آرام ملتا ہے لیکن یہ اختیا طین
کثرت سے تھر فر پھیں نہ بچے اکثر ایسا دودھ دالتی ہیں اور تندستی اچھی رہتی ہو لگاس سے
شکلال چلے ہو تو ضرور تدبیر کرتا جا ستھے۔ مان کو لازم ہے کہ بچہ میں جب تھے کے آثار معلوم
تو اوسکو روکتی لئے ایسا ہو کہ بچہ کو نئے گرد نئے کی عادت ہو جائے۔

اگر بچہ کی عام تندستی اچھی رہتی ہو اور گر شت پوست میں ہر ماہ بڑھتا
رستے اور دودھ پلانے یا نہزاد نئے کے بعد ہمی سے ہو جایا کہ تو مان کو بچہ از زیستی

شکر ناجاہتے۔ بلکہ الیسی قسم مفہیم ہوتی ہے اور صدھہ صفات ہوتا رہتا ہے۔

فرمن قسم بہت خطرناک ہوتی ہے اور غذائی کے نام واقع ہوئیکی دلیل ہے بچہ دبلا ہو کر کمزور اور شجفت ہو جاتا ہے۔ لہذا بچوں کو حجب قسم آتی ہو تو ڈالٹر مشورہ ضرور کرناجاہتے ہے تاکہ قسم خوب نہ ہوئے پائے ایسے وقت میں دودھ پلانے والی آنما کی ضرورت ہوتی ہے۔ اور حسب قدر جلد ممکن ہو وہ مقرر کی جائے پہلے اگر شیرکش سے اوس کا دودھ نکال کر اوس میں مقطول شدہ پانی کی آمیزش کر کے پچھے کے فریجہ سے بچہ کو پلاپا جائے۔ شدید اور فرمون قسم میں شیشی سے دودھ پچھے کو نہ دیا جائے بلکہ بہت آہستہ آہستہ تھوڑا تھوڑا ایک ایک قطرہ پچھے سے پلاپا جائے تاوقتیکہ آنما دودھ پلانے والی نسل جائے تو ڈالٹر سے دریافت کر کے انڈے کی سفیدی پانی میں ملا کر یا بخشنی میں پانی ملا کر یا ہنمم اس طبقاً لیا رکھا ہوا دودھ وغیرہ ایک یاد و چمچہ ایک وقت میں دیتا جاہے۔

مان کو یاد رکھناجاہتے کہ اگر صرف ایک چمچہ غذایا داد دودھ صدھہ میں پڑ جائے اور طبیعت اوس کو قبول کر لے تو مقابلہ تین چار بچوں کے جو صدھہ سے خارج ہو جائے یا ہضم نہ ہو بہتر ہوتا ہے۔ لہذا صبر و تحمل سے کام لینا جاہے تاکہ اوس کا ثمرہ اچھا لے۔

قبض

پستان سے دودھ پیشے والے بچوں کی بھی اگر دیکھ بھال نہ کیجاے تو وقتاً قوتاً

قبض ہیں جتنا ہو جاتے ہیں۔ ایکن جو بچے شیشی ہے دو دن پہنچتا ہیں اونکے مقابلہ پستان کا قبضہ زیادہ ہوتا ہے اور قبل از وقت مولود کو اسکی تخلیق ہمیشہ ستانی ہے۔

عامۃ غذا میں دہنیت کو ہونکی و جھر سے اکثر قبضہ ہو جاتا ہے اسلئے اگر غذا میں رونگ زیتون ملادیا جائے تو یہ شکایت جاتی رہتی ہے۔

ایک سماں پہ کوئی دوسرے بلانی جاتے اگر رونگ زیتون خالدہ نہ کرے تو گاہتے مانے ایک سے دو اونس کام کرم پانی یا ایک چھپے ٹھیسیرین کے عمل دینے سے بست لفظ ہوتا ہے۔ بحال قبضہ بچے کو جو غذا دیجاتی ہے اوس میں ترجمہ کرنا او مختلف قسم کی خدا دینا مناسب ہوتا ہے اگر احاجت میں سکھارج ہوتے ہوں اور انوں آقی ہو تو ایک چھپے ٹھیس فوڈ یا ایک چھپے بالٹ ایک سڑکیٹ میٹ دینا مفید ہو یا یہ بیکار کامہ اور کرباری اور دو دن میں بلا ناچا اوز بچوں کو سخوب پانی پلا جائے۔ علیه الحصوص جیکے موسم گرمی کا ہو تو صحیح کے وقت ایک دو چھپے عرق سونف میں باریں والٹ بلکہ بچوں کو پلانا چاہتے۔ اکڑا دقائق ان تداریسے بلا استعمال اور قبض کی شکایت جاتی رہتی ہے۔ اگر جمع شدہ مادہ کو خارج کرنکی خروجت محسوس ہو تو ایک چھپے ٹھیس یا نیشنل Fluid magnasidھنک پلانا چاہتے اور عند الضرورت ایک خواراک اور دیکھا سکتی ہے پسیٹ پر مسکنے میں سے بھی قبض جانا رہتا ہے۔ کاسٹر ایک کوپان کا اگر کرم کر کے صدھ پر باندھنا بھی دست

لے آتا ہے۔

اگر سرو میں لگ جاتے یا غذا میں دھنیت کم ہوئی تو جسم سے بھرنے اپنا فحل ترک کر دیا ہو تو پاچانہ سخت اور سفید رنگ کا یا سار سبزی مائل ہوتا ہے سفوف دار چینی دوستی میں گینگ اور اونکے بیج ایک ڈوز قلو ڈسینگنیٹ شیا Fluid magnesia کے استعمال کرنے سے بچش کا یت جاتی رہتی ہو لیکن ایک دو دن بیچ کو دودہ کم دینا چاہیے، ایک یا دو بار ماکلن ناخن کیا جائے اور لقیبیہ اوقات میں بجاے دودہ کے باری و اڑو خیرہ ملا کر دینا چاہیے۔ بچ کے قبض میں غفلت ہرگز نکرنا چاہیے اکیونکہ مزمن قبض سے بچ پھر ہو جانے کا اندریش ہوتا ہے، مان کو روزانہ دیکھ لینا چاہیے کہ امحاب پورے طور پر خالی ہیں یا نہیں۔

زیادہ عمر والے بچے اگر کھل اور ترکاریاں کھاتے رہیں اور آہستہ آہستہ چیا کر غذا لکھیں تو مزمن قبض سے محفوظ رہ سکتے ہیں اور اگر قبض ہو تو اٹکو اول دواں پلا فی جا سے بلکہ خورد فی اشیا میں اصلاح و ترمیم کافی ہوتی ہے، ہفتہ میں دو تین بار ادھر سیل پارچ یعنی دلیہ دینا چاہیے، اور روز عن زیتون میں ایک اخیر بھونک کھلایا جائے تو اس عمار خالی ہوتی رہتی ہیں گاہے گاہے۔

گلیسین یا صابون کا عمل دیتے رہنا چاہیے۔

لئے یہ کسیوں کی ایک قسم ہے اسکا بنا ہوا دیا بھی انگریزی دوکانوں پر ملتا ہے۔

سیزرنگ کا دست

کبھی کبھی تند رست بچون کو بھی سیزرنگ کے دست آیا کرتے ہیں لیکن تا قتیکر زیادہ نہ ایکھیں اور بچے کے نہو پڑھا ہے اُنکو فی حسنہ اب انہی خسوس نہ تو چینڈ ان تر و دنکرنا چاہئے البتہ بچے کی عامم تند رستی کو انہو نوٹ کرتے رہنا چاہئے،

بعض اوقات تداخل فصلیمین کی وجہ سے بھی بچوں کی اجابت پر انہی ہوتی اور موسم بہار اور موسم بارش کے آغاز میں بچوں کو سیزرنگ کے دست آ جاتے ہیں بد مخصوصی، درد، اور نفخ بھی سیزرنگ کے دستوں کے اسباب میں، اور اجابت کے ساتھ فاسد مادہ، یاد ہی کے جھے ہو سے مکمل رخابی ہوتے ہیں۔

ہندوستان میں عامم وجہا یہی دستوں کی رہی اور جو سنی وغیرہ کی گندگی ہوتی ہے، الگ تیریشہ احتیاط نہ کی جائے تو انہی گندگی و لثافت دو رنگیں ہوتیں۔

غذا میں چربی اور بالائی کے کم ہونے کی حالت میں بھی سیزرنگ کی سخت اور اگدرا اجابت ہوتی ہے، اگر مان کے دودھ میں ڈھنیت کم ہے اور پنلا ہے تو بچے کی اجابت پر لقیناً اثر پڑیگا، بچے کو اگر کامے کا درد دیا جائے تو

اور دست سبز ہونے لگیں تو سہنا چاہئے کہ پانی جو دودہ میں لایا جاتا ہے زیادہ ہے، یعنی بائیت کا حصہ زائد، اور وہ بیت کام ہے،۔ اسلئے دودہ کا حصہ پرانا چاہئے، امید ہے کہ اسی سے سبز دست بند ہو جائیں گے، سبز دستون کا آنا الکثر دستون کے نکلنے کی طرف منسوب کیا جاتا ہے اور یا میں ان دستون کے روکنے کا علاج نہیں کرتیں، اور ان کو یہ پرانا خیال آتا ہے کہ سبز دستون کا آنا دانت نکلنے میں مفید ہوتا ہے۔

بچے کے دانت نکلنے کے دونوں میں جو دست آتی ہیں ان میں جب فضلہ خارج ہوتا ہے، اور تھوڑی مقدار و تعداد کے دست ہوں تو بند نہیں کرنے پاہیں لیکن جب زیادہ دست پانی کی طرح ہونے لگیں تو فوراً بند کرنے جائیں، اور اس میں بخفلت کرنا لٹھیک نہیں ہوتا، اور نہ ہمیشہ دستوں کا آنا اچھا ہوتا ہے۔

ابتداءً لصفت سے ایک چمچپاک کیسہ ڈائل ایمیشن دیتا چاہئے اور چمچا پاپ بستر میں گرم بوتل پانی کی رکھر لٹا کر رکھنا چاہئے۔ اگر بچے کو شیشی کا دودہ دیا جاتا ہو تو اس میں تبدیلی کرنا چاہئے، دودہ میں زیادہ پانی ملا کر دیا جائے، یا ایک چمچپیلس فوٹو ملا کر دودہ کو زیادہ قومی کر کے دینا چاہئے، دستون میں میں سیسی خود دنیا فاکرہ مند ہے کیونکہ یہ قابلِ بعض ہے۔

اگر مردا اور نفیہ بھی ہو تو دو گزین سائز ہیں اُن سوڈا ملانے سے دودھ
شکم میں پھوپکر جھیتا نہیں ہے، اور جھٹھڑے دودھ پالانے کے قبیل ایک چھپلا کم
واٹر ملا دیتا چاہتے لیکن زیادہ لاٹھراٹر بھی دینا اچھا نہیں، اگر مان کا دودھ
خاس طور پر پتلانہ ہو، یا اس میں وہ نسبت بہت کم نہ ہو تو پستان سے دودھ
پانے والے بچے شاذ و نادر طبلاء ہوتے ہیں بچے کا منہ اور سر اپستان کو دودھ
دیتے کے قبیل ہے احتیاط رہنے والوں سے اکثر سبز رنگ کے درست آنے
لگتے ہیں، اور ان میں صفائی کرنے اور گستاخی رہنی ہے، اور اباحت درست ہو جاتی
ہے، اگر مان کا دودھ پتلنا ہو تو کچھ دنون تک استعمال نہ کرنا چاہتے اور
زیادہ مقوتی خدا نہیں، امّٹے اچھلی، اور ترکار یا ان وغیرہ استعمال رہنے سے
دودھ کی حالت درست ہو جاتی ہے سفید زبرہ یا سونف شکر ملانے سے

دودھ پتلنا ہو جاتا ہے،

شدید درست

بڑھنی، سردی، یا غذا کی کثافت کی وجہ سے بچھن اوزفات
بچوں کو یہاں کم بہت پتلے درست آت لگتے ہیں، اکثر فوراً علاج نہ کیا جائے
تو بچہ عبلہ مضمحل ہو جاتا ہے، ہاتھ پاؤں ٹھنڈے رہتے ہیں پیٹ بخجھ جاتا ہے

ماں والوں میں جو جانہ ہے اس قبیلے بہت ہوتی ہے، پچھے بے چین رہتا ہے، اور ترش و جی کی طرح ڈھینے کے ڈھیلے اجابت میں خارج ہوتے ہیں یا سیزرنگ کے پافی کی طرح پنلا دست ہوتا ہے ایسی حالت میں ماں کو لاڈم ہے کہ ایک منٹ بھی تو قفت نہ کر سے اور فوراً اُدھر کو بلائے، اگر اتفاق سے ڈاکٹر دور ہو، یا آنسے ہیں تو قفت ہو تو اپنی ہی ذات پر بھروسہ کرنا چاہیے،
ہر حالت میں ایک ہلکا ڈوز کیسٹر اکل کا دیدینا چاہیے یا ہر منٹ گھنٹے کے بعد غصت چجھے (چار کیسٹر اکل ایکشن پلاتے رہتا ہے)۔

غذاء میں احتیاط کے ساتھ اصلح کی جائے، اور بجا سے دودھ کے کوئی دوسری زود ہضم غذا دینا چاہیئے، باری اُدھر برابر مقدار میں ملکر یا چوڑ کی بخشنی خوب ملکر پلانا چاہیئے، جب دست زیادہ آتی ہوں تو یہ غذاء میں ایک چمچ سے زیادہ ہضم نہیں ہو سکتیں، مٹھی، پپو دینہ، الائچی کے چھلکے، عرق سونف میں اولاکر دینا چاہیئے، سماگہ کو چھلا کر دینا بھی مفید ہے، الائچی خود سونف، نیڑہ بھون کراور پیسکر پلانا، اور نر کچور گھسکر دینا بھی سردی کے سیتوں میں مفید ہے، تاہم طبیب یا اُدھر کا مشورہ ضرور حاصل کیا جائے، اگر کوئی گھنٹے تک برابر دست آئے کی وجہ سے غصت زیادہ ہو گیا ہو تو رانی کا گرم عسل نیو سے بچے پھر تردد نا زد ہو جاتا ہے لیکن پانچ منٹ سے زائد بچے کو ٹب میں نر کھا جائے اور اُس کے جسم کو فوراً خشک کر کے گرم فلاں میں اٹھا کر گرم پانی کی بجٹل رکھ کر سیپر

ٹکڑا دیا جائے۔

بچے کو پیشہ کے بل لٹا کر گرم پانی کا عمل بچپناری سے ہلکا دیدیا جائے۔ چھ ماہ سے کم کے بچے کے لئے چھ سے اٹھ اونس نکس پانی کافی ہوتا ہے لیکن اس سے زائد عمر کے بچوں کے لئے انسفت بوقت کافی ہوتا ہے۔

دست بند ہونا شروع ہو جائیں تو رفتہ رفتہ دودہ پلانا شروع کرنا چاہئے اور اگر کچھ دست آیا کریں تو انسفت سے ایک گرین تک ڈور زپاؤ ڈر Dovers powder دن میں دو بار دینا بہت مفید ہوتا ہے۔ گرمی کے موسم میں اگر دست بدبو دار آتے ہوں تو ایک گرین سببستہ گاریکیا اور سیول Bismuth Salol پختہ ہوتا جبت بیض کو بعدست پتلہ آنا شروع ہو جاتے ہیں تو اس کا بہترین حللاج غذا کی اصلاح ہے۔ اور شیشی کے دودہ قدر سے مالٹ ایمسٹرکٹ Malt extract دن میں بارہ لا دینا پڑتا اور روغن زیتون کی شکم پر خوب باش کرنا چاہئے۔

ہر میں دست

باوجود اختیاط کے بعض اوقات دستون کا آنا بند نہیں ہوتا۔ اور یہ عارضہ میں ہو جاتا ہے۔ اور آخر میں مشکل سے اچھا ہوتا ہے + بظاہر معلوم ہوتا ہے کہ جو غذا شکم کے اندر واٹل ہوتی ہے وہ حمیر ہو جاتی ہے اور ایکم

مددہ قبول نہیں کرتا۔ وہ میں چار پانچ مرتبہ سبز نگ کی احابت تبلی ہو جایا
کرتی ہے۔ اور بچہ دُبلا ہو جاتا ہے۔ اوسکے جسم پر جھریاں پڑ جاتی ہیں اور
خشک ہو جاتا ہے۔ جس قدر کہ بچہ عمر میں جھوٹا ہو گا اسی قدر زیادہ س پڑا نہ ہو گا
اگر دست حرکتا ہی نہ ہو تو وجوہ ذمیں میں سے کوئی نہ کوئی وجہ ضرور ہے
وا) مکان یا ہوا کی کشافت۔

(۲) نامو افغان غذا۔

(۳) بچہ میں کوئی خرابی ہے۔

ایسے مقامات جہاں میری زیادہ نہود اڑھتا ہے یا کثیت مکانات میں یو دو
باش ہوتی ہے یہ عارضہ اکثر لاحق ہو جاتا ہے۔

جن بچوں میں اس الصیباں کا مادہ ہوتا ہے یا خلقی طور پر اون کا ہاضمہ
خراب ہوتا ہے تو اون کو یہ شکایت اکثر ہاکر تی ہے جلدی جلدی کھانا یا پینا
اور مفتدار سے زائد دو دلائلتے رہنے کا انجام مرن دست کا ہونا ہے
تا و قیکر غذا کی اصلاح نہ کی جائے اور بچے کی سب باتوں کا خیال
نہ کیا جائے تو دو ایکن و خیرہ زیادہ مفید نہیں ہوتیں۔ اگر مکن ہوتا دو دلائل
کے لئے آنا مقرر کی جائے یا بچہ کو وہ غذا میں دمی جائیں جن کا تذکرہ شدید
دست کے باب میں کیا گیا ہے۔

دو دلائل اور تمام قسم کی پیشہ دو ایکن طبعی طور پر سب کردی جائیں اور

جو غذا اور سی جہاں تھے وہ تھوڑی متدار بہت دسی جاتے۔ اور تنہا صرف ان راستوں پر وہ
ووگھنٹ کے وقہ نہ تھا۔

تین ماہ کے پہلے کچھ کاروبار میں ہوتے رہے تو اسے زندگی کی تین راستے اور آہستہ
آہستہ دسی جاتے۔ اور تیسرا اسی طبقہ کی تین راستے تھے کیونکہ جو چھپتے وہ چھپتے
ووگھنٹ کے لئے بھی تھے۔

پہچھے اسی کا نیک نہیں تھا بلکہ بخوبی جو جہاں تھے جہاں جیسا تھا اسی بدلنا شرط
بیسے سوہنہ ہوتا تھا بلکہ شفہ ہوتا تھا۔ اسی سر تھا تھا جو قابلِ خدا کا حرم بنتا
جاتا تھا۔ اور اگر اسجا بنتا تھا تو وہ سوت پڑتے کیا۔ اسی کا شفہ ہوتا تھا نہ
یا بند ہو جاتا اور بچپن سے وزن اپنے بھی نہیں پڑتے لے کر تو تھوڑا اسٹوک اپاٹھم اور دوسری بیخ اور
خداوں میں ملاکر نیا بچتا تھا۔

لختن اوقات الیکٹریٹ سی دست آنے لگتے ہیں اتنے لئے اس کا
استعمال مناسب نہیں کیجئے کبھی سحر اعلیٰ ایکیشنا فید جو ہوتا ہے۔ اسکے
وائیں تین بار نصفت چھپتے ایکچھتے تک دینا مفید ہے۔ اور اس کا مجھ کو بھی
خبر ہے۔

شدید حالت میں تبدیل آپ وہو اکرنا اور روزانہ گرم پانی کا عمل ہمیشہ
مفید ہوتا ہے اسلئے روزانہ آہستہ آہستہ عمل کرتے رہنا چاہئے۔

بائیششم

زمانہ طفو لیست، اندر بہ و اشربہ، سونا اور رام، تارہ ہوا
اور شوٹی، ورزش، لباس، امعاء، شانہ، شفاف اور اصلی دا

درسمہ اور تعیین خانگی

زمانہ طفو لیست

شہر جواری کا زمانہ ختم ہوئے کہ بعد طفو لیست کا زمانہ شروع ہوتا ہے اور یہ ہی وہ زمانہ ہے کہ اس میں جن اصول پر بحیثیت کی بنیادا قائم کجایا گی اُسی قسم کی خارت تیار ہوگی، اسکے بہت ضرورتی ہے کہ چند انسان اور سادے قبادت پکے کی روزانہ زندگی کے لئے مرتب کر دیے جائیں اور ان قواعد پر سختی سے عمل کیا جائے،

قواعد کی پابندی جب ہی ممکن ہے کہ آٹھ دن موافق پیشہ این اور مختلف قسم کے اشغال پیدا نہ ہوں ورنہ انکے ہوتے ہوئے آسان سو آسان دستوں اعلیٰ کی بھی پابندی مشکل ہو جاتی ہے،

جو انون کے اشغال میں بچوں کو کچھی شریکت کیا جائے کیونکہ اون کے

انشغال میں جب بچھے شرپ کہو کر حصہ لیتی ہیں تو انکے اعصاب پر زور پڑتا ہے جس کا اندازہ اس وقت تو نہیں ہو سکتا لیکن بعد میں حضرت مسلم ہوتی ہے بچون کو کھاتے، کھینے، غسل، بستر پر جاتے، اور سونے میں، وقت کی پابندی کا عادی بانا چاہئے، اور اس عمر کی نگرانی کرنی چاہئے کہ کوئی چیز انکے اوقات میں خل انداز نہ ہو، پابندی وقت کا اثر بچون کے اعصاب پر بہت اچھا پڑتا ہے، اور اس سے وہ خوش و خرم رہتے ہیں، کسی کام کو جلدی جلدی کرنے کی تاکید بچے کو نہ کرنی چاہئے، جو کہہ کرنا ہو، اُسکے لئے دن میں کافی وقت دینا چاہئے،

درس جانے کی تیاری، اور دیر میں پہونچنے کی فکر سے بھی بچون کے اعصاب پر زر اثر پڑتا ہے، اور بچونکے اونکے اعصاب کمزور ہو گئیں اسلئے ان تفکرات سے اور بھی کمزور ہو جانے کا احتمال ہوتا ہے، بچونکی ضرورت سے زیادہ خبر گیری کرنا کہ میسا دا کہیں گرنہ پڑیں، یا چوٹ نہ لگ جائے، اور مشل شعیف القاب ماؤں کے جبلی اور فطری نقل و حرکت کرنے سے بھی روکنا بالکل ضرولی ہے، بلکہ بعض اوقات بچون کو اونکی حرضی کے موافق نقل و حرکت کرنے دینا چاہئے، اس میں یہ فائدہ ہے کہ گرتے پڑتے رہنے سے اونکے اعصاب اور دماغ کو مضبوطی حاصل ہو گی اور دو ایک مرتبہ خفیض چوٹ وغیرہ لگ جاتے سے اپنی قوت کا ٹھیک بچے

استعمال کرتا سیکھینگے جو بچہ بہت سے بچوں کے ساتھ پروش پاتے ہیں اور میں دو خصلتیں بیش بہا پیدا ہو جاتی ہیں۔ ایک تو بغرضی و دسر سے اپنی طبیعت پر قدرت و قابو، اور ان دونوں خصائص کا اثر جسم و قلب پر نہایت اچھا ہوتا ہے، برخلاف اسکے الگو تھے سچہر پر لاؤ اور پیار زیادہ ہوتا ہے ناز برداری اور ہر کام میں اوسکی حمایت کی جاتی ہے، نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ وہ شواریوں اور بوانع پر غالباً آنکھی سیکھتا ہی نہیں، اور دنیلکے میدان کا رزار میں بلاؤ پر سچہر ہو سے قدم رکھتا ہے، جس سے ملک اور قوم دونوں کے لئے وہ ایک کم وقت ممیر ثابت ہوتا ہے

اغذیہ و اشریفہ

(کھانے پینے کی چیزیں)

شیرخواری کا زمانہ گذرنے کے بعد زمانہ طفویلیت میں بھی بچوں کی غذا کے لئے دودہ یا دودہ کی بنائی ہوئی چیزیں بہت زیادہ احتیاط اور خبرگزی کی ضرورت ہے ورنہ ممکن ہے کہ ہاضمہ میں فتو رواق ہو جائی اور تحقیقت کھانے مختلف قسم کے ہونے چاہئیں اور بچوں کے کھانے میں بعض چیزیں ایسی بھی ہوں جن کا اُنہیں شان گمان بھی نہ ہو، اس کے علاوہ وقت اور قاعدہ کی پابندی لازمی ہے۔

کھان کھانے میں جو وقت بچوں کا صرف ہوتا ہے وہ یکسان نہیں ہوتا،

کے پیش کیا ہے تھا کہ اسے ہو ستے ہیں اور بعض غیر پوری سے طور پر
اواسطہ پر پڑھتے ہیں اسے چلے جاتے ہیں جلد تابد کھانے کی عادت پرست
کیا جائے گا اور اپنے ہاتھ میں فتوح ہو جائے گا اور رانیت یا ستر کے بیکار
جو ہمارے نہیں، پر شلاف اسکے بعض بچے اگر رونک جایا تو گھنٹوں کے لئے
جن کو کامیابی ان ہوشیار مان اور دایہ کا فرض ہے، کہ جو بچے تبلد مل جائے
کھانا کریں، ان کو کامیابی وقت پایا جائے کریمیت خوبی دلائے اور جو شپت کہ جائیں
بیشتر پہاڑ کرتے ہیں، اور کھانیک ساختہ گھنٹوں تک شغل کیا کریں ہیں

اگر کو منع اس کے اور رونکے

اگرچہ ہوا خوری کی کسی باکھیل کر آیا ہو تو اس کو ہمیں بہت تک سی ٹھنڈو
لکھیے، یا ایسا مددیں ارم کرنیکے بعد کھانا شروع کرنا پڑے گے،
ہر عالیت میں بچوں کو نہایت الہمیان اور جنیدگی کے ساتھ کھانا کرائے
کی تعلیم دیجاءے اور سختی الامکان کھانیکو خوشگوار، اور صرہ دار کرنا چاہی
بچوں کے لئے نازہ پکالی ہوئی عذاب ہوتی ہے اور انتخاب میں اور
مقومی اور ہاضم ہوئیکا خیال ضرور کھا جائے

بچے کے سامنے جو غذا رکھی جائے، وہ عمدہ اور لذید ہو، اور اس نے
کی اختیاط رہے کہ خام نہ ہو اور نہ حد سے زیادہ لگی ہوئی ہو، بلکہ اچھی طرح پرپی
ہوئی ہو، اور اس طرز سے سامنے رکھی جائے کہ دیکھ کر بھوک زیادہ علموم ہو ہر تن

گوئیتی نہ ہوں لیکن نہایت صاف اور نوجہ صورت ہوں، اس خرض کے لئے سفید چینی کے برتن سب سے پتھرائی، دسترخوان دہلا اور صاف ہوئے چاہئے اور گھریں پارہ دسترخوان تو ضرور ہوئے چاہیں ورنہ سہ طبقے تو کم نہ ہوں، چاہئے چھانٹی کے کپڑے کے کے ہوں یا اپنے ہی پرانے کپڑوں سے پتا نئے جائیں لیکن تعداد میں زیادہ نشوون، کیونکہ ہمیشہ دہلوی جملہ نہیں لاتا،

ہمارے کھانوں میں بلدی اور رونگن کا زیادہ استعمال ہوتا ہے اور ان چیزوں سے رنگت اور پکنائی آجائی ہے اور جب دسترخوان پر یہ کرفی ہیں تو انسے دسترخوان جلد میلے خراب اور بدنا ہو جاتے ہیں، پچھوں کو ہمیشہ میں ہیں بند شدہ، یا عرصے کی تیار شدہ غذا میں ہرگز نہ دیجائیں، ایسی غذاوں کا نام توبہت عمدہ تراش خراش کر لوگ رکھ دیجیں لیکن کون جانے کہ امرے ہوئے چانوروں کے گوشت سے وہ بنائی کی ہیں یا زندہ کے،

گوشت کی بنائی ہوئی چیزوں تو ہرگز مسلمانوں کو نہ اپنے اور نہ پچھوکی غذائیوں سے لینی چاہیں، کیونکہ ولاست میں تو ذبحہ بخیر ہو دیوں کو اکوئین نہیں ہوتا،

خصوصاً پچے کی ناسازی طبیعت کی حالت میں میں ہیں بند شدہ ولاستی

غذاؤں کے استعمال میں بجلت نہ کرنی چاہئے، اکٹھیشن کے دلدادہ لوگ یہ کیا
بیتے ہیں، کہ پچے کی طبیعت ذرا ناساز ہوئی، اور فوراً بازار سے چھوٹے بڑے
میں منگاے، اور چند دنون تک قسمت پچے کو وہی محفوظ رہ کر ملاتے
رہے، اسکے علاوہ ہندوستانی رائیں اور غذاؤں کی خاصیت اثر
اور پکانے کی ترکیب سے محض نہ اقتصر ہوتی ہیں اسلئے اونکو بہت زیادہ
احتیاط کی ضرورت ہے، امر ایغز پچوں کے لئے ایسی غذا میں مثلاً پوزے
کی سخنی، یا پستے کی جیلی، یا آش جو، یادوؤہ کی ڈنگ کا بینا تو غالباً گوئی
مان نہ جانتی ہو گی، لیکن ہونگ کا پانی یا چاول کی بیج یا بہنی کچھری بھی مزیدار
پکانا شاذ و نادر رائیں جانتی ہیں،

پچوں کے لئے گوشت تازہ ہونا چاہئے، یا سی پکا ہوانہ ہو، خواہ بہنا ہو
ہو، یا قلیہ، لیکن خوب گلا ہوا ہو، اگر داکٹر کی راستے پر ہو کہ صرف گوشت کم
گلا یا جائے تاک اُسکی حدت و حرارت سورہ میں نہ آتے تو ولیسا ہی کرنا
چاہئے، تیز بخاروں میں جو غذا میں سچائیں انکو اصلاح کر کے کپایا جا مثلاً اگر قبض
رہتا ہے تو ایسی تر کاری جس میں نمک زیادہ ہو، جیسے پالک، خرفہ کا ساگ
وغیرہ دالا جائے اگر قبض نہیں ہے، تو لوکی، گھنیا، گاجر، وغیرہ داکٹر اصلاح
کر سکے، زیادہ سرخ صیح تو پورھوں کو بھی نقصان کرتی ہے، نہ کہ پچونکو
ہرگز اُن کو صیح نہیں کے، اگر آئیندہ کے واسطے انکو سکھانا ہے تو سیاہ صیح

دینی چاہئے زیادہ صرچ سے بہت نقصانات ہوتے ہیں، جو لوگ زیادہ صرچ کے عادی ہیں، اگر نہ کہائیں تو قبض کی شکایت ہو جاتی ہے، پھون کی غذا میں گرم مسالات ہوتا چاہئے، کیونکہ ایسی چیزوں کے کھانے سے معدہ ان چیزوں کا عادی ہو جاتا ہے، اور پہنچ ان کے ہضم ہی نہیں کر سکتا،

گوشت کی عمار پر دال ہو سکتی ہے، اور کئی طرح پکانی جاسکتی ہے، مثلاً گوشت کے آب جوش میں دال پکانی جاتے۔ اور اوس میں آلو کو کچل کر کے ڈال دیا جائے دودہ کی ٹپنگ لیجنی فیر نیچوں کے لئے سعدہ غذاء ہے، اس فیر نی میں ایک سیر دودہ پا و سیر چاول اور تین چھٹا تک شکر ہولی چاہئے، چاول اور دوسری چیزوں کو خوب پکانا چاہئے، تاکہ نشاستہ کا جزو پورے طور پر زائل ہو جاوے اور ہضم میں فتور نہ پیدا کرے۔ یہ غذا میں ہمیشہ دہیمی آنچ میں پکانی چاہیں، اور جہاں تک ممکن ہو کوئلہ کی آنچ ہو، اگر ان بالوں کا خیال نہ رکھا جائے اور پکانے والوں کو وقتاً فوقتاً ہدایت نہ کیجائے تو اچھے کھانے بھی خراب ہو جاتے ہیں، اور پھون کے ہاضمہ میں فتور پڑ جاتا ہے، خالص دودہ میں قدر سے چاول ڈال کر ایک یادوچھپ شکر

خوب حل کی جائے پھولے یا لکھیجی پر ملکی آئندہ میں کم از کم ڈھانی لختے تک
پکائی جائے، اور پھر تین رات بیچ پر و س منٹ تک رکھی جائے، تارہ (پنگ)
فیر پنچ کے اوپر سرخی آجائے۔

اسکا پچ اوٹ میل، سوچی، اور دلیو، کو خوب پکا کر ہفت سوک قابل کر دینا
چاہئے، اور یہ پنچین ہفت سوک کے قابل جب بھی ہوتی ہیں کہ نشاستہ کا جزو
خوب تخلیل ہو جاتے۔

پچون کے واسطے روے کی چیاتی خوب ہوتی ہے، عمومی سفید دبل
روٹی میں کوئی مقوی اجزا نہیں ملا سے جاتے، اور اکثر گندی ہاتھوں کی بنائی
ہوتی ہوتی ہیں، کوکو، دودھ روے کی دبل روٹی، چیاتی، خشک دودھ، مکمن،
جام، یہ سب پچوٹک لئے شب کی نہاد میں بہت مناسب پنچین ہیں۔
مناسب پہل اور ترکاریوں کا انتخاب پچون کل کو بہت ضروری ہوتا کہ
ہاضمہ میں فتوڑ نہ ہوا اور قوت بھی پیدا کریں، انہیروں رانگوڑ کا استعمال بہت
مفید ہوتا ہے لیکن انگوڑ کے یہوں سے بہت احتیاط رکھی جائے کیا یہی
اچھا ہوتا ہے

اکثر پچ اسکوں جاینکی وجہ سے یا تو عجلت سے کہا ناکہاتے ہیں یا بغیر
کہا سی ہو سے چلے جاتے ہیں اور اونکے اوقات خدا کی پابندی نہیں کیجا تی،
صحیح کے وقت کام شروع کر بینکے قبل پچون کو عده ناشستہ کی ضرورت پڑتی ہے

جس میں روٹی دو دہ انڈا مکھن اور بیادام کا حیریہ وغیرہ ہونا چاہتے اور ان سب کے لئے بیدار ہوتی نیکے بع کافی وقت ملتا ہے۔ اسکوں سے واپسی کے بعد پچوان کے لئے خدا غذاء ضروری ہے لیکن موسم گرم میں دودھ فیرنی بنتے ہوئے یہودہ چات مناسب ہوتے ہیں۔ وہ پھر کو مسوں اور آرام کرنے کے بعد سہ بج کو کھانا مناسب ہوتا ہے۔ پچوان کو پانی کم پلانا مفید نہیں اور خاص کر شمالی ہندوستان کے گرم حصوں میں، صبح و شام کے کھانوں کے دریان میں پانی پینے سے قبض کی شکایت نہیں ہوتی۔ لام جوس، چار تھوڑا، یہ مونڈا، سوڈا، اور شرارب پچوان کے لئے بہت زیادہ ضروری ہیں،

امروڈ ناپیاں (لیلے)، انناس سیب کو اگر شکر کے ساتھ جوش دیکر پچوان کو دیا جائے تو بہت مفید ہے، اور انکو مرغوب بھی ہے، ایک پونڈ سیب کے چھوٹے چھوٹے کر کے نصف پونڈ شکر ملا کر ایک بڑی پیالے میں رکھو، اور چار بوقن کھوٹا پہوا پانی دا لکڑا تھی دیر تک رہنے دو کہ پانی ٹھنڈا ہو جائے، بعد ازاں سیب کو مل دلو، اور ایک گھنٹے تک رکھا رہنے دو، اور پھر جہاں لو، اس طرح ایک قسم کا شربت بن جائیگا (اجو مرغیضن پچوان کو بہت مفید ہوتا ہے، اور اگر پچھے چباؤ کر کھانے کیے قابل ہیں تو باری داٹر ملا کر پلانا چاہتے ہیں اور بجائے ملتے کے ٹکڑے ہی رہنے دیے جائیں، خاص فوائد کھات پچوان کو شاذ و نادر دیے جائیں، پسروں خوبی، کروز وغیرہ خاص طور پر پچوان کے لئے ضرور ہوتے ہیں،

بخشنے ہو سے فروٹ اور اوٹ میل پائچ سے اجابت کھلکھل آ جاتی ہے
 لیکن چونکہ وہ امتحان خراش پیدا کرتے ہیں، اسلئے مناسبین ہو کر اجابت
 کیلئے روزانہ استعمال کئے جائیں، ورنہ آخر اثر زائل اور معدہ ضعیف ہوتا
 ہے، اسلئے بدل بدلا کر حیزوں کو دینا چاہتے وہ ہیوے بھولنے جاسکتے ہیں جن میں
 گودا ہوتا ہے، اور جن میں کو دنیں ہوتا وہ نہیں جن سکتے، اور نہ انکا استوپنیا ہو، ہوتے
 کی ترکیب یہ ہو کر میوے کو گل حکمت کر کے جو میں بادیا جائیں ایسے ہنڑ ہو سے میوے
 جوش دیکر جانپی میں ڈال دی جائیں، اور پھر تو کھلاتا جائیں، تو زیادہ فنید ہو ہیں، غلط
 کی حالت میں کسی ہیوہ کو طبیب یا اکٹر کی اجازت بغیر ہرگز نہیں دینا چاہتے، بادام
 پستے بھی اگر دیے جائیں تو بھی انکو صاف کرنا ہی یا کسی اور چیز میں ہیوں لینا چاہیے
 فروٹ میں شکر زیادہ دینے سے افعن، اور بد نہ سی ہوتی ہے پتوں کو چری دار
 غذا کی بست نریا زیادہ ضرورت نہیں ہے، اگر چہ بست سے نیچے اسکو پختنہیں کر کر
 فیرنی، اور کوکو کے ساتھ بالآخر بھی دینا جا سکتی ہے،
 پائچ سال کے نئے والے بچپن کو زیادہ گوشت کی ضرورت نہیں ہوتی اونکو
 غذائیں عموماً دودھ، چاول، چپاتی دیکھتے، نگاہتے گا ہے اگر گوشت بھی دیا جائے
 تو زیادہ گلا میانہ جائے، اور جہا تک ممکن ہو شور بے پر اکتفا کیا جائے، اسکے
 علاوہ انکی غذائیں برشت، انڈا، ترکاری، بخشنے ہو سے فروٹ، دال، شور بہ،
 چھلکی، بھی ہوتی ہے، اچھلوں کے کاشٹے کی بہت احتیاط رہنا چاہتے ہے، جب بچے کو

گوشت دینا مشروع کیا جاتے، تو پہلے پرندکا دیا جائے، پانچ برس کے بعد
چوزہ دیا جائے، لیکن چوزہ ہفتہ دو ہفتہ سے زیادہ کا نہ ہوا اگر بکری کا گوشت
دین تو حلوان کا تازہ گوشت ہونا چاہئے اور یہ کبھی ایک روز تا نہ دیکر دیا جا
سکتا ہے، لیکن گوشت عذر، ملامک اور خوب پکا ہوا ہونا چاہئے،
دو سالہ پکوں کی غذا حسب ذیل ہے۔

پلیا اس ط موسم سات اکھڑ بنجے صحیح ناشستہ کرایا جائی، ناشستہ ہیں جو روٹی، مکھن، دینا چاہئے تین چار گھنٹے خوب کھیلنے کے بعد یعنی لیارہ بجھو ایک پیالہ دو دوہ، اصفافی اور احتیاط سے بنی روٹی دبل روٹی، ورنہ چپاٹی، اور شور بہ پیدال روٹی اور مکھن یا غیر یعنی ہو، دو دوہ کھانے میں دیا جائے، پانی نہ دیا جائے، دو بنجے صرف دو دوہ، ایک دو سیکٹ، لیکن سیکٹ ہندوستان کے نہیں ہوں، اکیونکہ عموماً اصفافی اور احتیاط سے نہیں بنتے اور اُنکے اجزا میں بچوں کے ہاضمہ کا خیال نہیں رکھا جاتا لیکن اگر کہیں ایسے سیکٹ سستیاں ہن جتنکے بنانے میں ان تمام پاتوں کا خیال ہو تو ضرور دینا چاہئے، اگر میں شام کا کھانا پاٹچ بنجے ہو تو اچا ہے سرما ہیں دو بنجے صرف دو دوہ، اور چھہ بنجے کھانا دیا جائے، اسی قوت اوٹ میں، یا دبل روٹی یا تھوڑی، کچھڑی، اور جام جس میں یعنی ہوں یا مکھن، پیدا دوہ میں سیکٹ ہوں، شام کے غسل کے بعد سونے سے پہنچے صرف ایک پیالہ گرم دو دوہ پلانا جائے

بشرطیکہ پچھے ہضم کر سکتا ہو، تیسرت سال تراکاریاں اور بینہ فروٹ کا
انسافہ کیا جائے، اور بعض بعض پچوان کے لئے گاہے گاہے خوب گلا ہوا
گوشت ریاچوڑ سے، اور محچلی کا بباب یا شورابے ماء ہی کافی ہے، لیکن
شورابے میں بھی کاشٹ کی پوری احتیاط رکھنی جائیے،

بچہ اگر ہر حینہ قدا و وزن میں بڑھتا ہو تو سمجھنا چلہتے کہ عذ اسواقت
ہے کہ وزن پچوان کو ہر چوتھے ہفتہ وزن کرتے رہتا چاہتے، لیکن مخصوص طور اور
تمدیرست پچوان کو وزن کرتے رہتے کی چند ایام نزرورت نہیں ہے، لیکن کیونکہ
بعد چند سے وزن کرنیکی عادت بلکہ جان ہو جاتی ہے، اور ہر وقت خیال
کہ فلاں پسکے کا وزن اس ماہ میں اس قدر کجھ گیا، اور فلاں کا اس قدر
ایک حصیبیت ہو وزن تو زرادیہ میں گھٹ بڑھ جاتا ہے، مگر تمیز دار والدین
بچے کی تمدیرستی کی حالت کو نظر سے خوب اندازہ کر سکتے ہیں۔

سوٹا اور آرام

بچے خواہ کسی عمر کے کیون نہ ہوں زیادہ تر دن میں سوتے رہتے
ہیں، کم عمری میں مدرسہ بھیکر ہم انکی نہ کو روک دیتے ہیں، ماجون پے اعتدال
کے ساتھ بڑھتے، اور سوتے ہوتے ہیں، ان کے اعصاب پر اول تو
یوں ہی اثر پڑتا رہتا ہے، اور پھر کم عمری میں اسکوں میں داخل کر دیجی

سے اور بھی زیادہ دباؤ اپنر پڑھا تا ہے۔

یہ مسلمانہ سکلہ ہے کہ شیرخوار اور کم نمر جوں کو زیادہ سونے کی ضرورت ہو، ایک دن اور رات میں چودہ یا سولہ لمحے چار پانچ برس کے بچے کے لئے سونا زیادہ نہیں ہوتا،

درستہ جانے والے بچے کو کسی قدر کم سونے کی ضرورت ہو، اسکو عمر کے لحاظ سے بارہ سے چودہ لمحے روزانہ سونا چاہئے، جزوئی میں اسکوں کے چوں کی دماغی حالت، اور کیفیت کا بھرپوری تحقیق کر سکتے کیا گیا ہے، اُنکی تحقیقات سے یہ ثابت ہوا ہے کہ جقدر تعلیم کے لئے کم لمحے اور سونے کے لئے زیادہ لمحے رکھے جائیں، اسی قدر تسبیح قابلِ اطمینان ہو گا چھوٹے اور شیرخوار بچے سایہ دار رہا میں میں دن کیوقت سُلاہ سے جا سکتے ہیں، لیکن سو شیکھ وقت اونکو ہلا یا نہ جانتے ورنہ نہیں پوری نہ ہوگی، اور تروتازگی حاصل نہ ہوگی،

بڑے بچے جنکی عمر میں چار سال سے سات سال تک ہوں، بندکمری میں دن کے وقت سُلاہے جائیں، اور اُس کمرہ میں کھلوٹے وغیرہ ہوں ورنہ انکو دیکھنے نہیں پڑی مشکل سے آئیں،

علیحدہ علیحدہ کمروں میں بچے جب سُلاہے جائیں تو خوب آرام سے سوئے ہیں۔ اور حتی الامکان کمرے جدا گانہ ہونے چاہیں، ایک ہی کمرے میں

بہت سے بچوں کو سلا دیتے ہیں جو تہامی اور دماغی انقسان ہوتا ہے اسکا کچھ
اندازہ نہیں کیا جاتا، اگر یہ کہہ کر کے ہوا رہنے کی وجہ سے ممکن ہو کہ زیادہ خرا
اثر نہ ہو، لیکن اس میں کوئی شے جہ نہیں کہ پچھے کھو رہا اور غسل اٹھتے ہیں۔
بڑے بچوں کو اندر ہیرے، اور تھامائیں خوف تھام ہوتا ہے، اندماں کو
سمولی، اور خفیف بات تصور کرنا چاہتے، پچھے ڈرتے ہوں تو تھوڑی دیر
سوئے کے قبیل بیٹھا رہنا چاہتے، اور کہرے میں شب کے وقت روشنی
بھیٹھونا چاہتے،

جون پچھے کھڑو رہتے ہیں، اور قدر تی طور پر شب میں بیٹھنے سوئے ہیں
آنکو سوئے کی قبل تیم گرم پالی میں قدر سے ناک ملا کر اپنے کردیا جایا کرے، تو
آنکو آرام سے نینداتی ہے، ایسے بچوں کے لئے ویاٹ کی زندگی، اور نوب
صفاف اور سحری ہوا کی بہت ضرورت ہوتی ہے، اور تو شستا و خواندش رو
کر فریں درا تو قف کرنا چاہتے، کنڈر گارڈن کی تقییم، اور بہت سے بچوں سے
ملنے چلنے کا شراؤن کے اعصاب پر پڑتا ہے جو کہ نتیجہ تھوڑے دنوں کے بعد
یہ ہوتا ہے کہ مختلف طور پر اعصابی کھرو ریان پیدا ہو جاتی ہیں،
سوئے میں بھی وقت کی پابندی لازمی ہے، غسل دینا، دانتوں میں پیش
یا سواک کرنا، اور ایک پیالہ کر کر پانی دودھ، یا کسی دوسری غذا کا سوئے کی وقت دینا
بہت مفہوم ہوتا ہے۔

مسلمان بچوں کے لئے ضروری ہے کہ شب کو سوتے وقت عادت دلیل ہے کہ وضو کی کے اور نماز پڑھ کر آرام کریں، شب کو فوجی سوتے وقت مقرر کیا جائے تاکہ علی الصباح سورج نکلنے تے پہلے عبادت کر کے دنیا کے کاموں میں لگ جائیں، نماز کی تاکید ہفت سالہ بچے کو کرنی چاہئے جسمانی اور روانی نشووناک کے لئے آرام کرنا اور سوتا بہت ضروری ہے، اور یہ اوقی عالیت میں مکن ہے جیکہ کھانے، پینے، سوتے، کھیل کو، وغیرہ میں وقت کی پابندی کرائی جائے اور ہر قسم کی اشتعال انگیڑا توں سے پرہیز کیا جائے،

چھوٹے بچوں پر خوف کا نہایت خراب اثر ہوتا ہے، یہ جیال تکرنا چاہئے کہ حرف قلب سے اسکو تعلق ہے ابکر آن کے اعصاب پر ہی اشکال پیدا کرتا ہے، کمزور بچوں کے دلوں سے خوف دو رکھنے کی آسان ترکیب یہ ہے کہ بچوں کے سوالات و شیوهات کا جواب عقلمندی اور سچائی کے ساتھ دینے کے لئے مان ہر وقت تیار رہتے، اور انکو سکھنا تاچاہئے کہ جو کوئی بتا اُنکو دریافت کرنا ہو، اسکو مان ہی سے دریافت کیا کریں۔ عقلمند مان کبھی پسند نہ کریں کہ مکان سے رو رخی درون کے ساتھ جا کر اسکا بچہ سوئے، اور وہ لوگ اوسکو خوف اور ڈر دلاتیں، یا خراب عادات سکھائیں،

نیند میں سونے یا آرام کے وقت پچھے کوپور سے طور پر گرم رکھنا
چاہئے، لیکن انکو بھاری بھاری لحاف یا بھاری مکلنہ اڑھانا چاہئے
ویسی ہو نیکی وجہ سے اُنکے ابخرات باہر نہیں نکلتے، سخت سے سخت جاگو
میں بھی منہ کھلا رہنا چاہئے،

جن پچوں کے ہاتھ پاؤں ٹھنڈ رکھتے ہوں اُنکے بستر میں گرم پانی
کی بوتل اس طرح رکھیں یا کسے کرچل کو نقصان نہ پہونچئے اور سردی سے
حفاظت رہے،

پڑے بچوں کو مثل شیر خوار بچوں کے سکھانا چاہئے کہ سونے میں
شور و غل اگر بتوتا ہو تو اسکا کچھ خیال نہ کیا کریں، بلکہ سو جایا کریں، مکان
میں اسکی ضرورت نہیں ہے کہ شخص اسلئے آہستہ آہستہ چلے یا لوٹے
کہ پچھے کی نیند میں خلل پڑ جائے گا اگر بچوں نے اپنے اعصاب اور جسم
بہت زیادہ تر کا نہیں لیا ہے، اور ان میں کافی طور پر آرام کر لیا ہے، تو
اس قسم کے شور و غل سے اُن کی نیند خراب نہ ہوگی،

حال کی تحقیقات اور داکٹروں کے قول سے صاف طور پر باتا جاتا ہے
کہ ضعف اعصاب اور مرض بنو رس تھیتیا کا اصل سبب مانہ ٹکفولیت اور
خوانی کی کم خواہی اور زیادہ وقت تک پڑھنا ہے میرا خود تجربہ ہے کہ جب زیادہ
دیر تک کام کیا جاتا ہے اور دماغ تھک جاتا ہے تو سلسلہ باتیں بھی سمجھنے میں

نہیں آتی، کا تعدد پڑھ رہے ہیں لیکن مطلب ہی نہیں سمجھا جاتا۔ مگر جب ٹھوڑا
 آرام لیکر دیکھا فوراً بات سمجھہ میں آگئی۔ میں نے اپنے مجھے فرزند کو قرآن مجید
 خفظ کرتے وقت دیکھا ہے کہ بعض مرتبہ جب میں کو سبق یا وکرایا جاتا تھا تو سو
 مرتبہ دوہرائی پر بھی یاد نہیں ہوتا تھا، لیکن اگر ایک گھنٹہ آرام دیکھ پڑتا یا
 جاتا تھا، تو زد اور میں یا وہ ہو جاتا تھا، ایسا ہی اثر میں نے اکثر لکھ کر یون پر بھی دیکھا
 ہے، کیونکہ اس زمانہ میں ہب کہ میری والدہ زندہ تھیں، اور امور پر یا استکو
 جھکلو فر صحت تھی میں اپنا بہت زیادہ وقت اپنے بچوں، اور اپنے خاندان
 کی چند لکھ کر یون کی تعلیم پر حرف کرتی تھی، اس مشغد کے علاوہ میرا وقت سو ٹون
 کاری بھی کاموں میں گذرتا تھا، کیونکہ اپنے سن رسیدہ اور تجربہ کارڈ اکٹرنے
 جھکوہدیت کی تھی کہ بیکار زیستی رہنے سے بہت سے امراض پیدا ہو جائیں گے غرض
 اس زمانہ میں بچوں کی تعلیم و تربیت پر بہت کچھ ذاتی تجربہ ہو گیا ہے، اور اس
 ذاتی تجربہ کی بنیاد پر میں دماغ کو آرام دینے کی طریقہ میں ہو گیا

اُستادوں کو ہمیشہ اس بات پر لحاظ کھانا چاہئے کہ بچوں کے دماغ پر
 ایکدم بارندہ والا جائے اکیونکہ اس سے تندیستی خراب ہو جاتی ہے، اور
 جبکہ انکو اس امر کا یقین ہو جائے کہ بچہ سبق یا وکر نے میں پوری کوشش
 کرتا ہے، لیکن اسوقت اسکو یاد نہیں ہوتا، تو ضرور اسکو ادھے گھنٹہ کی
 حملت دیجاسے، اور پھر اس حملت کے بعد وہ سبق یا وکر لیکا تو ضرور

یاد ہو جائیگا۔

میں نے کہا یوں بہت سمجھا دیا تھا۔ یہ کہ ایک سبق کے بعد جب دوسرا سبق دیا جائے تو نہ کچھ بڑا و انداز میا جائے اور خوشحالی کا زیر کے سبق سے فرق ہو کر دوسرے پر بانٹ سیدھا ہو جائیں تو درجہ ایمان میں کم سے کم ایک لمحہ خسرو آزاد کا جایا۔

اللہ گھر و انگریزوں کے سبق کا وقت بارگز ہوتا ہے۔ ایک حفیظ ہاؤان کی بنا پر اعین اوقات تھے۔ میں ہاؤان کو اگلی بیان میں مغلب ہوتے ہیں، اسکوں جانتے والے بیویوں کے شامخ بیل میں ہے کھنڈ پرست کوئی نہ اور چند گھنٹے کیل کو روشنیر کے اوپر پڑھتے ہوئے کوئی نہ ہو تو پہنچن۔

تازہ ہوا اور روشنی

جس طرح کہ تمام درخت اور بانو رومنگی نشووناک کے لئے تازہ ہوئا اور روشنی لازمی ہے اسی طرح چوٹی بیویوں کو بھی اسکی ضرورت ہے۔ حقیقت میں یہ درست ہے کہ اگر بیویوں کے کھروں کی کٹلی کیا جائیں تو وہ عموما بیماریوں ہو سکتے، کمرے کی کھڑکیوں کو کھلا رکھنے تازہ اور صاف ہو ایں رہئے اور سونے سے سردی اور زکام سے بچے محفوظ رہتے ہیں۔

یہ بھی لقینی بات ہے کہ جو لوگ تازہ ہو اور آفتاب کی روشنی میں رہتے
ہیں وہ تپ دق اور بخار سے محفوظ رہتے ہیں،
سوسم خواہ بارش کا ہو، یا گرمی کا، یا چون کوئند کمرے میں ہرگز نہ کھانا
چاہتے،

ہر کھانے سے بچون کے حسب جال مکان ہونا تو شکل ہے، لیکن بچون کے
سوئند کمرے میں ہریشہ تازہ ہو اگلہ رہونا چاہتے،
گرمی اور برسات کے موسم میں سایہ دار برآمدے کے نیچے پختہ
فرش پر دری بچپا کر بچون کو کھلانے کے لئے اتار دینا چاہتے
بچون کے کمرے میں میدے کھیلے رومال اور گندی اور کشیف چیزوں پسند
ہو اخراج ہوتی ہو ہرگز نہ ہونی چاہیں،
کمرے میں فرش بچانیکے لئے بہترین فرش آہل کلا تحریر کا ہوتا ہے، اور اگر
کٹانیم کر کے اوسکو روزانہ پونچھ دیا جائے تو گرد و عبارے بالکل صاف
ہو جاتا ہے، بچون کا کمرہ پہنچا دیگر کمروں کے زیادہ صاف اور فرش بخشن
ہوتا چاہتے، اور کمرے کا ٹمپرچر ۴۵ درجہ کا ہر وقت رکھنا چاہتے۔

ورزش

اگرچہ تند رفت اور مضبوط ہے، اور ادھر ادھر ڈرنا چاہتا ہے

تو بچے کو دوڑنے یا چلنے پر نہ تھے اگر منع نہ کرنا چاہئے جن بچوں کے
اعتماد کمزور ہوتے ہیں، اور ٹولیوں میں قوت نہیں ہوتی، وہ دوڑنے
یا چلنے کی خواہش نہیں کرتے، یہ بچ کہا ہے کہ ”چلا سنا پھر اسے نقصان
بہت ہوتا ہے“ لیکن یہ سب آنسان بچ کے خود خود چلتے سے نہیں ہوتا
بلکہ بچ کو جب چلا یا جاتا ہے تو یقیناً اُسکے انسماپ وغیرہ پر ڈلتا ہے۔
سانہ برس کے بچوں کے لئے دوستک میسان قدم آتا کر چلتا خلاف
طبعیت ہے، اگر بچے میدان میں کھینتے کے لئے چوار دیے جائیں تو بھی
وہ دوڑتے ہیں، کبھی بیٹھتے ہیں کبھی اچھلتے کو دت ہیں ماغض کے خود بخود
نقل و حرکت کرنے سے نہکتے بھی نہیں، اور ہائی پاؤں میں قوت آتی ہے
اگر بچے کو اپنی مرضی پر بچوڑ دیا جائے تو ہرگز دوستک پاؤں پاؤں میں چلتا
صرف دوستک بُون کے ساتھ چلتا ہے اون کو نقصان نہیں کرتا
بلکہ بُون کا چھوٹے سے تجوہ مقدم بھی اُنکے لئے بڑا ہوتا ہے، اور وہ اصل میں
زیادہ نقصان کرتا ہے اور دس پانچ ہی قدم چلتے میں بچوں کو بیکان ہجاتا
اگر بود و باش شحر کی ہو تو بچے کو بھی یا شوپر باع میں لیجا کر کھینتے کے لئے اسکے
دینا چاہئے، کمزور بچوں کے لئے سوکی سواری خاص طور پر مفید ہوتی ہے۔

لباس

بچوں کو لباس میں ہیں ہاتھ کا خاص طور پر لحاظ بہت ضروری ہے۔

(۱) آرام دہ ہوا اور قفل و حرکت میں مانع نہ ہو۔

(۲) گردن سے پاؤں تک یکسان گرم ہو۔

(۳) صاف ستر ہا ہو۔

آرام جب ہی ملتا ہے جب بس خوب ڈھیلا دھالا ہو، کہیں سمجھ
اور کسا ہوانہ ہوا اور اوس سے اخشار اور پھر ٹون پر دباوٹ پڑے
رکے، اور اٹکیوں دونوں کے لئے ڈھینے کرتے بہت موزون ہو جائیں
اور خاص کر جب کھسکنے ہوں

جس قدر لباس کم ہو گا اسی قدر انکو آسانی ہو گی اور آرام ملے گا۔
پاریک یاد بزرگی کپڑے بہت مناسب اور عمدہ ہوتے ہیں۔ گرمی کے
سخت موسم میں رشی کپڑے جو دھوئی جائیں پہننا نہ چاہئیں لیکن رشی
باس کے نیچے اونی میان وغیرہ ضرور ہو۔

پاؤں اور ٹانگوں میں باقاعدہ دوران خون جاری رہنے پر جسم کے
صحیح آرام کا اخشار ہے سروی کے سوچ جس پھر چلے تو گرم ہاتا ہے اور ڈھیلے
جاتے ابوث جنکے اندر فلاںین کا استر ہوا اور ملام کھمچپڑے کے بستے ہوئے
ہوں، مناسب ہوتے ہیں امکان سے پہلے سلیپر یا سینٹی پیپل (پاؤں کی)
حافظت بخوبی نہیں کرتے، اور خاص کر جہاں متعددی جگہ ایک ہر حکمہ ہو تو ہیں
پاؤں میں خراش یا زخم وغیرہ ہوتا جو ایک کے داخل ہو جائز کا اندازہ بنتا ہے

یہ بہوناڑہ چاہئے کہ پچون کے پاؤں پنج کے قریب چوڑے ماء اور ایسی کی طرف پتک ہوتے ہیں، اون کے جو تے ہمیشہ آرڈر دیکر نہوائے جائیں اور ہو ہو پاؤں کی شکل کے ہوں ہر ایک پاؤں کا پنج چوڑا، اور ایسی تپلی ہوتی ہے لیکن تیمورشاہی، یا فرشتہ و قشع کا جو تاپختے ہختے تھوڑت بد جاتی ہے، جو ہمیشہ جو تاچوڑے پنج کا ہختے ہیں اُنکے پاؤں ہمیشہ پاؤں کی طرح رہتے ہیں، اور اونچی ایسی کا جو تاپختے ہے پاؤں پہنس رہتا تھیں لباس کی دوسری خاصیت یہ ہوئی چاہئے کہ وہ یکسان گرم ہو اور یہ جب ہی ملکن ہے کہ یا ہستہ سہم کے پیر سے دگردن سے لیکر پاؤں نکل کا لباس بنایا جانے، اور گھٹنوں کے پنجے جو انہیں ہوئی چاہیئکا، اگر جسم کے اوپر جلد سے ٹلا ہوا ایک ہی قسم کا لباس ہو تو اور پر کا لباس خواہ کسی پارچہ کا کیوں نہ ہوا، کچھ ہر جن نہیں ہے الجتنی ضرور ہے کہ نہ تنگ ہو، اور نہ بماری ہو، دونوں قسم کے لباس تنگ اور بماری ہونے کی حالت میں پچون کو سخت مضر ہوتے ہیں۔

پچون کے لباس میں عموماً جو غلطی کیجاتی ہے وہ یہ ہے کہ سینہ پر دباؤ زیادہ پڑتا ہے، اور سر پیٹ دیا جاتا ہے اور یقینہ ویگرا عضو کو پرہنہ چوڑا یا جاتا ہے، اور یہ خیال کیا جاتا ہے کہ استثنے اعضا کا محفوظ رہتا کافی ہو، تیجیہ ہوتا ہے کہ برہنہ اعضا میں سردی کا اثر ہو کر کھاتی پیدا ہو جاتی ہے، سر کو

اگر کسی چیز کی ضرورت ہو تو اسکو خارجی اثرات سے محفوظ رکھنے کی ہو، اگر کچھ سزا مانند کا خطاب ہو
کہ نہ سر پر پولی، اور نہ پاؤں میں جوتا احوال تکریم ہو پا اور سر در جو اس سر کو بیچاتا ضروری ہے
سب سے زیادہ اس بات کے خیال رکھنے کی ضرورت ہے کہ کرمی سوسنٹی میں اور سر پر
کرمی میں یا کامیک پچونکو نہ بھائیں یا اپنے صدر دست کی کرم کی پیر وون میں اور کبھی سرو کی پیر وون میں
رکھنا بھی انقضایان کرتا ہے تو اسے نہ سمجھ کر بحاظ سکپڑے و ٹکوں استعمال کی عادت سکھانی چلے ہے
خارجی اثرات جو ہو اپنے بس اگر میں سر دری ہے پوچھتے ہیں اون میں عادت کو بھی پڑا
و خل ہو۔ پہاڑی لوگ جو کہ سخت سر در مقامات میں رہتے ہیں اپنے بچوں کو پیدا کیں تو چند مہینے
بعد تھی پہاڑ کی جگہ نوون (جنماں پانی جھرتا، تھنام) میں فالدی تھیں اور پانی اونکو سرو پر ملکتا
رہتا ہو اور پونکہ وہ عادی ہو جاتی ہیں اسلئے سخت سی سخت سر دری میں بھی تند رست
رہتے ہیں پچونکہ جو کرم بسا کی اعتالیہ اسی سخت سر دری میں کوکھر و کرنا ہو اور پہاڑی
حال تھیں تو رسمی سی بے اختیاٹی سے انقضایان پوچھتے جاتا ہو۔

اگر کیوں کریے پاؤں موزوں نہیں ہوتی اب تھیز کو باعث ہوتی ہو اور سینے کو حصہ کو
پوش کریط جو ڈاکنگو رہتی ہو، قلالیں یا بیان جو پہنچنے خوب نہیں ہو اس سے یقینت ہوتی ہے،
اوکر کوکوں چورنیک پہنائی جاسکتی ہو، عرب کا لباس جو ایک قبیلی بسا ہے، اور تصاویر کو کیسو
علوم ہوتا ہو کہ دو ہزار پس کم کا ہے، سخت کیوں سطح بہت مفید ہو جو ایک سہمانوں میں بیٹھا ہو
لیکن ٹرکی میں اپ چوڑا جا رہا ہو اور جدید کاٹ چھانٹ نو سب پراٹر کیا ہو جو نہایت بخشنده
ڈاکٹر اپنے نیک کو بہت منع کرتے ہیں، لیکن ہمارے ہندوستان میں اسکی

روں پھیلتا جاتا ہے ابست می خورتین آئش پیشہ کو درود میں بینلا شدتی اور شکایت کرتی ہیں۔ اگر اسکا سبب تلاش کیا جائے تو معاومہ ہوتا ہے کہ پیشہ کی عصاب کمزور پڑ گئی ہیں اور کہ انی استعمال کرنے کی وجہ سے اچھی طرح اعصاب بیرون نہیں ہو سکتے اسکی لگائیں کی وجہ سے کوئی دوسری خرایاں پیدا نہ ہو جائے۔ اگر یونہی ریڑہ کی ہڈی خم ہو جاؤ ہے تو پھر پر ٹکو دستے کی وجہ سے کسی خون کی شکایت لاحق ہوتی رہے۔ لباس میں صفائی بھی نہ فرمایا تھا ہر اگری کے موسم میں دوبار اور دوسرے نون میں دوسرے

لیکہ مرتبہ پوچھ کر پڑو جمل دینا پڑا، ہٹو چینگے ہو کر کچھ ہی پہنچنے کے بعد کو نقصان پور پختا ہوئے اور
گنجائی، اور جلد پہنچتے تر جاتیکا اندریشہ، مٹا ہو اسکے ملا وہ بچے کو سخت تکلیف ہوتی تھوڑے چونکو نئے
ستعد و جوڑ کی ہوتے چاہیں، اور اونی ایسا تیسری میں دہونے جائیں اکیوں کلریز ہوئی ستر
دھوکھا سکتے ہیں دہونیکے مٹھد سوپانی میں صابون کو جمآل استعمال کرنے چاہیں، اور ریکٹ چوپانے
نی بوول پائیکے حساب سے کورس ممنوع کرو، مٹا دیا جاؤ تو پانی ملکا ہو جاتا ہو، دو قبیں گھنٹے تک
کپڑے کو اس پانی میں بگلوئی رکھیں اور پہر پاش کی پانی، یا سب سے ہوپانی میں کھٹکاں کی دہوپ میں
ٹشک کر لین چو شیا ہو اپانی یہی جب کہ ٹھنڈا ہو گیا ہو اونی کپڑو دہونے کے کام آسکتا ہے
اس طریقہ پر دہونے سے کپڑے سکڑتے نہیں پاتے، اور ملا کم رہتے ہیں اور پختے بھی نہیں
معمولی طور پر پانی میں اون کو کبھی تر دہوپا جائے۔

بچوں کے پسندیدہ بیکے ہوں، گرون سے پاؤں تک اونٹی کینیشن (جو شغابی کا مخصوص لباس ہے) اُپ سین پہنے کیلئے ہو تو بہت اچھا ہے اور بجاء بس اری رضاہیوں کے کبل اور ڈنے کے لئے ہوں تو بہت مناسب ہے۔

امغار

ایک سال سے کم عمر و اے بچے کوں میں دو تین مرتبہ اجابت
 ہوئی چاہئے، دوسرے سال میں بہت سے بچوں کو دن میں صرف دو یا
 اجابت ہوتی ہے، اور اُسکے بعد دن میں ایک مرتبہ تک سال پھر کی جابت
 رنگ پتالیہ شیرخوار کے کسی قدر بھورا ہوتا ہے، لیکن سفید یا سخت یا لہٰ
 نہ ہو، بلکہ ملائم، الگی، اور بورے رنگ کی ہوئی چاہئے۔

قبض اور دیگر اس قسم کی شکایات سے محفوظ رہنے کی تدبیر یہ ہے کہ غذائی
 آہستہ اور چھپی طرح چیا کر کھلانی جائے، غذا میں مختلف قسم کی ہون کھلو
 میدان میں وزرش کرائی جائے، اگر غسل کے بعد تھوڑا سچنگ کیا جائے
 اور یہ بھی لحاظ کیا جائے کہ بچے کو روزانہ اجابت وقت مقرر ہے پر ہوئی
 کرنہیں۔

مشانہ

تمام بچوں کو عادت ڈلوانا چاہئے کہ وقتاً وقتاً پہنچنا نہ کو خالی
 کرتے رہیں

تین سال سے چھ سال تک کم از کم تین تین گھنٹے کے بعد پیشاب
 ہونا چاہئے، اور اسی کی عادت ڈلوانی چاہئے کمزور بچے شب میں مشکل سے

پیشاب روک سکتے ہیں اب تک پیشاب کرنے کی عادت تخلیف دہ ہوتی ہے
 لیکن یہ پچھے اگر اوقات مقرر ہے پیشاب کرنے کے عادی بنائے جائیں تو فتنہ
 فتنہ یہ عادت چوٹ باتی ہے، ہر شب میں ایک یا دو بار بچے کو انہا کر پیشاب
 کر دینا چاہئے، اور یہ خیال ہونا چاہئے کہ جگانہ میں سے اُس کی نیند جاتی
 رہیگی کیونکہ بچے اکثر پیشاب سے فانع ہوتے کے بعد جلد سو جاتے ہیں یا مر
 آیا کی ہوشیاری پر مبنی ہے کہ وہ بچہ کو زبان کھلنے سے پہلا اخواہ کرنا سکتا
 اور دونوں پاؤ پھر بھاکر پیشاب کرنے کی عادت ڈلوے۔

اگر کچھ تدبیر کا گزہ ہو اور بچہ بستری پر پیشاب کر دیا ہو تو ان کو چاہئے
 کہ اُسے پیٹ کے بل نہ لے تمام دن کھلے میدان میں رکھا جائے، غذا
 سادہ اور معمولی دی جائے اگر ان تدا بیر سے بھی نفع نہ ہو تو ڈاکٹر سے رجوع
 کیا جائے اچھوٹی چوٹی کرم اتحاد میں پیدا ہو جانے سے بعض اوقات
 خراش معلوم ہوتی ہے اور پیشاب یا ریاض معلوم ہوتا ہے، ان شکایات پر
 جلد توجہ کرنا ضروری ہے، پیشاب کرانے میں بار بار ہاتھ سے چوٹے کا
 اثر نہ صرف اعضا ر پر خراب پڑتا ہے بلکہ خراب عادت پڑ جاتی ہے، جو عمر
 نہیں جاتی نازہ ہوا میں رہئے، اور بلا سالہ اور مرجع کے غذا اون، اور
 روزانہ ٹھنڈے پانی کے غسل سے یہ شکایات رفع کیجا سکتی ہیں یون تو پچھزاو
 پیشاب کرتے ہیں اور یا شخصوں نہ کے بعد لیکن عمر کو ساتھ ساتھ کھی ہوتی جاتی اک

گروانت نکلنے کے زمانے میں خیز جموں طور پر زیادتی ہو جاتی ہے
بچہ کا پیشایب بہت صاف اور زردی مائل ہوتا ہے اس میں کچھ کم
بوہنیں ہوتی اور کپڑے پر دبہ نہیں آتا لیکن اگر سرخ رنگ کے دانوں ہوں
تو سمجھ لیتا چاہے کچے کو دودہ یا کسی اوقسم کی غذا جو کثرت سے دیجاتی ہو
اوہ میں پانی کا حصہ بہت کم ہوتا ہے پسخ رنگ کے دانے بوکتہ
(Puric acid) ہوتے ہیں اور اس بات کو ظاہر کرنے ہیں

گردنے اچھی طرح نہیں دہلیٹہ
ایض پھون کو جنک کی شکایت پیدا ہو جاتی ہو جنک جسکے تکلیف معلوم ہوتی ہے
اس شکایت کا اکثر قبض ہونا اور دیر تک پھینکر ٹپھنا اور روزش کم کرنا،
ہوتا ہے، جواہ کی سن بلوغ کو پوچھ گئی ہو اس کو سخت کر سی پر جنک ہو تو دیر تک
پھینکر سینا یا پر دن مناسب نہیں ہے پانی میں اوت میل ملا کر پتہ رہمنٹ تک
غسل کے وقت بیٹھنے سے تسلیم ہوتی ہے، اور روزش اور سونے میں کمی کرنا
چاہئے، اور ا جایت کا خیال رکھنا چاہئے۔

مستقل اور اصلی داشت

ساقین سال اصلی داشت نکلتا شروع ہو جاتے ہیں اور چوڑا تو
سال بجاے دودہ کے دانتوں کے گل داشت اصلی ہو جاتے ہیں۔

یہ ضروری ہے کہ اصلی دانت نھیں اپنی جگہ تکلیف اور اس کے لئے مناسب ہے کہ گاہے ہے ایک اپنے دندان ساز کو دکھانے تے رہیں اگر دودھ کے دانت چبری نکلاواڑاے جائیں تو اصلی دانت جو بجا ہو ان کو نکلتے ہیں وہ سیدھی قطلا۔ میں نہیں نکلتے بلکہ ٹیرتے نکلتے ہیں۔

نیچے کے دو دانت اول نکلتے ہیں، باج ازان اوپر کے دو دانت نکلتے ہیں، اور اسی طرح نیچے اور اوپر کے مسورون میں نکلتے رہتے ہیں، اگر کوئی دانت ٹیرتا مگلے تو فروز دندان ساز سے اُسکو دست کرالیا جائے ورنہ تو قفت ہو جاتے پر شکل ہوتی ہے چوہ جو بین سال ۲۰۰۰ دانت منہ میں ہو جاتے ہیں۔

اگر دانت اپنی طرح نہیں نکلتے ہیں تو نہ اس کے چیانت میں دقت ہوئی داشtron کو دن میں بار بارش سے حفاظت کرتے رہنا چاہئے، ایسا مسلمانوں کو وضو میں مسوک کی عادت اختیار کرنی چاہئے، اگر م پانی میں ایک چھپ بائی کا بونٹ آف سوڈا *Bicarbonate of soda* ۲ ملار، اخtron کو دہنا قائد سنجھ بیس ہر اسکے علاوہ مختلف قسم کے بخن بھی استعمال کر جاسکتے ہیں۔

درس اور تعلیم نامگی

بمقابلہ دیگر مالک کے ہندوستان میں اوقات درس کی ترتیب

اور مقدمہ اعلیٰ کو تقدیر میں بہت وقت ہوتی ہے۔

تجربہ سے ثابت ہے کہ موسم گرما میں بچوں کا نشوونما منقطع ہو جاتا ہو اور یہوک اور حسپتی کم ہو جاتی ہے، تیز اور ذکری بچوں کو بھی سبق یاد کنگاران گرتا ہے، ایسی حالت میں کم عمر والے بچوں پر سبق یاد کرنے کا بارہ دالنا غلطی ہے، اور خصوصاً ایسی حالت میں جب کہ صحیح کی خوش گوارنینڈ سے جگا کر اسکوں بھیجے جانتے ہیں۔

زیادہ عمر کے بچوں، اور خاصکر لڑکیوں کے لئے موسم گرما میں صحیح کام کا مرک مناسب ہے اور مکان پر سبق یاد کرنا اڑک کرنا چاہئے تاکہ دوپہر کے وقت سونے اور راحت کا کافی موقع ملے، بعدہ غذا سے لطیف تکھانی چاہیو اور پھر گھنے میدان میں ورزش کرنی چاہئے، لیکن چونکہ ہندوستان میں ایسے کھلے میدان لڑکیوں کو نصیب نہیں ہو سکتے اسلئے اونکو مدرسہ کا یا گھر کا صحن ہی اس ورزش کے لئے استعمال کرنا چاہئے۔

بارہ برس سے کم سن بچوں کو ہم گھنٹہ ایام سرما میں تعلیم پانा، اور لمحت گھنٹے سبق یاد کرنا چاہئے، اور زیادہ عمر کی لڑکیوں کو گھنٹہ ڈڑھ گھنٹہ سبق یاد کرنا کافی ہے۔

زانہ حال میں ورس و تدریس کا اصول ٹھیک طور پر منضبط نہ ہو سکے یہ وقت پیش آتی ہے، کہ صحیح سے شام تک ایک سبق کے بعد وسر اسین

بچوں کو پڑھاتے چا جاتے ہیں جس کا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ نہ اس تعلیم سو پڑھنے والوں کو کچھ فرع ہوتا ہے، اور نہ استعداد پڑھتی ہے، بعینہ اس کی مثال ایسی ہے کہ جیسے کوئی تقلیل نہ کر لئی دیجاتے اور اوس کا معدہ خرائی اگر اوس کا اثر دل و دماغ پر نہ بھی پاؤ بخے تما ہم یہ ضرور ہوتا ہے کہ اس کا پڑھاہوا سبق اسکوں سے عالمدہ ہونے کے بعد بالکل ملیا میٹ ہو جائے۔

بچوں کو زیادہ ضرورت فرصت کے اوقات کی ہوتی ہے، تاکہ آن کی دماغی اور جسمانی تشوہن ہوتی رہے اور اوسی کے ساتھ جو کچھ معلوم آئیں نے حاصل کی ہیں وہ ذہن نشین ہوتی رہیں، لیکن اس زمانہ میں عجلست اور جلد بازاری بھی اسکوں میں داخل ہو گئی ہے، اور بجاے میراث طریقہ سے بچوں کو تعلیم دینے کی جلد رہانے کی کوشش کی جاتی ہے وہ زمانہ بہت دور ہے کہ اسکوں سے نکلکر ان کی شہادت میں یہ کام جانتے کہ آن کی طبیعت میں انعامات پسندی آگئی ہے علم حاصل کرنے کا شوق پیدا ہو گیا ہے اور اون کی صحبت سے دوسراست تفیض ہو سکتے ہیں۔

تعلیم خانگی میں زیادہ سے زیادہ آئندہ لگتے کافی ہیں اور ان کو اس طرح تقسیم کرنا مناسب معلوم ہوتا ہے کہ سات بیجے صبح سے آئندہ بیجے تاریخی سبق دیا جائے، اور بعد میں چار گھنٹوں کو مادری زبان میں سبق پڑھنے اور انگریزی تعلیم کے لئے اندازہ کے ساتھ تقسیم کر دیا جائے اور

دریان میں باجا، اور املا وغیرہ کا وقت رکھا جائے
 اکثر اوستاد، اور اوستاد بیون کو دیکھا ہے کہ بچوں کی قوت طالعہ کی
 بالکل نشوونما نہیں کرتے اور خود بچے کو بنانا بتا کر پڑھاتے ہیں، طبیعت پر
 مطلق زور نہیں ڈالا جاتا اور سبق کو مثل طوطے، اور بینا کے رناؤ میں
 خزید پر آن اس کی بھی پرواہ نہیں کی جاتی کہ پلا سبق خوب یا دہوئے تب
 دوسرا سبق دیا جائے، بلکہ زیادہ پڑھانے کی ہوس میں سبق پر سبق
 دستی ہوئے چلے جاتے ہیں، اور خاص امر کا لحاظ رکھتے ہیں کہ جو کچھ پڑھا
 جائے اسکا مطلب اچھی طرح ذہن نشین کر دیں۔

ان ہی خرابیوں کی وجہ سے اب خاص طور پر اوستاد بنتے کی
 تعلیم دی جاتی ہے، اور سرکاری اسکولوں میں بھی ان ہی کو ہر رج اور
 پسند کیا جاتے ہیں جن لوگوں نے باقاعدہ ٹریننگ اسکولوں میں تعلیم پائی ہو،
 دراصل اوستاد بننا کوئی آسان کام نہیں ہے، جو ہر شخص کر سکے
 اس کے لئے خاص قسم کی قابلیت، اور خاص قسم کے دماغ کی ضرورت اور
 اوستاد کے انتخاب میں بھی پوری طرح خور سے کام لینا چاہئے جس طریقہ کو
 کریمیہ شور ہے، نیم حکیم خطرہ جان، اسی طرح نیم ملاحظہ ایمان کی مثل بھی
 اس مطلب کے لئے صادق آتی ہے،

ایک خرائی یہ بھی شروع ہو گئی ہے کہ بچوں کو گورنمنٹ اور زرسوں پر

چھوڑ کر مائیں بالکل یے فکر ہو جاتی ہیں اس کے نتائج بھی اچھے نہیں نکلتے جن کو میں نے اپنے بہت سے معزز و مستون سے سناتے اور خود بھی دیکھا ہے، حال ہی میں ایک اخبار پیشہ فن ریویو میں والدین کے اثر اور تعلیم دینے کے مقامی شائع ہوا ہے یہ سالہ ایسے ہی مفید مضامین شائع کیا کرتا ہے جو ہمیشہ غور سے پڑھنے کے قابل ہوتے ہیں، میں بھی ظل السلطان سے اس مضمون کا ترجیح اسی سلسلہ بیان میں نقل کرتی ہوں کاش ہندوستانی اخبارات بھی اپنے ملکی حالات و تجربات کے حاظے سے ایسے مضامین شائع کرتے۔ میں تاکہ بچوں کی تربیت و تعلیم میں انکے والدین کو مرد حاصل ہو سکجھے امید ہے کہ یوپال میں جو رسائل ظل السلطان شائع ہوئے وہ ان امور کو اپنے پیش انظر رکھے گا۔

ابتداء میں بچوں کی تعلیم کا اخصار ان کے والدین پر نہایت لیکن موجودہ شائنٹلی نے ایک ایسی پیچیدگی ڈال دی ہے کہ جس کی وجہ سے تعلیم کی کل فہمہ داری والدین پر سے ہٹ کر دوسروں پر ہبھون ڈکھوں کی تربیت دینے کا خاص طور سے مطالعہ کیا ہے جا پڑتی ہے

یعنی موجودہ زمانہ میں والدین اپنے بچوں کی تربیت کے فرض سے سکدوشی حاصل کرتے جاتے ہیں، اور اس فرض کو

اُن لوگوں کے ذمہ عالم کرتے ہیں جو اجرت پر مقرر کئے جاتے ہیں
 اور اب یہ نویس پروپرٹی گئی ہے کہ بعض خاندانوں میں والدین
 اور بچے، ایک دوسرے کو شناخت کرنے سے قاصر ہیں
 اور جب کسی موقع پر ملتے ہیں تو یہ معلوم ہوتا ہے کہ بالکل اخوبی کیوں
 کیونکہ آج کل زمزما گوش، اسکول ماستر اور ٹھیوڑ،
 وغیرہ پر پورا پورا بہر و سہ کیا جاتا ہے اور سمجھتے ہیں کہ ہم نے
 اپنا پورا اطمینان کر کے اپنے بچوں کو اُن کے حق سے محروم
 نہیں رکھا اور اپنا فرش ادا کر دیا۔

بعض صحاب یہ کہتے ہیں کہ بچوں کی تربیت اور انکی پرورش
 کرنے کا خیال قدرتی طور پر مان کو زیادہ ہوتا ہے اور لڑکی کی طرف
 تو خاص رحجان ہوتا ہے، باپ کی بابت یہ راء ہے کہ اُس کا
 وہ تمام اثر جو ساتھ رہتے ہے سے بچوں پر پڑتا ہے نہ تو معدوم ہی ہوتا۔
 اور نہ موجود ہی رہ سکتا ہے۔

خدایا نے میری تدبیت کیا رائے قائم کیا گی، اگر میں یہ کون
 کہ والدین ہی اپنے بچوں کی پرورش اور تربیت کر سکتے ہیں، اور
 اُن کو کتنی بھی چاہئے، اور باپ کا اثر اس کے بچوں پر تاثر پڑنے سے
 وہ تعلیم کے ایک قسمتی، اور فروری حصے سے م Freed م رہ جاتے ہیں

یہ نجی بہتے کہ والدہ ہیں ابھی تک اپنے بچوں کو کافی طور سے
 تعلیم نہیں دے سکتے، یہاں تک کہ باپ خود اپنے پیشے کی تعلیم
 اپنے بچے کو نہیں دے سکتا۔ لیکن اس بات میں کوئی ضرورت نہیں
 کہ بچوں کی تربیت کے لئے باپ کا اثر بھی خدو۔ ہی نہ ہوا، اور جو کہ
 میرے پاس کوئی تازہ و جوہ نہیں ہوتا، لیکن ہبہ اس معاملہ میں
 کرنے پر تباہ ہوان اور صرف چند نئی قسم کے عمدہ ثبوت
 پیش کروں گا۔

تعلیمی معاملات کے متعلق مدرس ہی زیادہ ماحصلہ یا کمزور ہیں
 اور میں مدرس نہیں، بلکہ ایک طبیب ہوں گر میں تعلیم کی نسبت بھی
 اپنے بھی تجربات کی بناء پر وجوہ پیش کروں گا، اور اگر آپ کھینچ
 کر ایک طبیب تعلیم و تربیت لی یا بت کیا جائیں سکتا ہو، تو اسکا
 جواب یہ ہے کہ فن طب جراحی وغیرہ سے کمیں یڑا کرے اور
 اُس کو انسان سے ایسا تعلق ہے کہ وہ تعلیم حاصل کر لے کا
 مادہ، اور علامات بھی معلوم کر سکتا ہے، طب سے نہ صرف
 انسان کی پیاری ہی معلوم ہو سکتی ہے بلکہ اُس کے اندر وہی
 حالات بھی اچھی طرح دریافت ہو سکتے ہیں اور یہاں تک معلوم
 ہو سکتا ہے کہ اُسکے باپ دادا کو کیا امر پڑتا، اور اس اڑکے کو

کوں امرض لاحق ہو سکتا ہے یہ تو معمولی بات ہے کہ ہماری اکثر
 عیوب، اور غنی حلالات ایسے ہوتے ہیں، جو ہم دوسروں سے
 پوشیدہ رکھتے ہیں اور ہمیشہ پوشیدہ کام کی کوشش کرتے ہیں
 لیکن ہم دیکھتے ہیں کہ یہی باقیت ہمارے پرتوں میں پائی جاتی ہے
 کاش کر دنیا ہمارے ان تمام پوشیدہ حالات کا تباہ
 دیکھے جن کو ہم ٹری اختیاط کے ساتھ پوشیدہ رکھتے چلا آتے ہیں
 اب میں آپ لوگوں کی توجہ ایک مثال کی طرف رجوع
 کرتا ہوں، جس سے میرا مطلب آپ لوگوں پر پوری طور سے ظاہر
 ہو جائیگا، میں آپکو ایک ایسے شرمند کا قصہ سناؤں گا جیکہ کوئی
 شراب کا نشہ زیادہ ہو جانا ایک معمولی بات تھی، آج محل کو زانہ میں
 یہ دیکھا چاہتا ہے کہ شرمند کا لڑکا اکثر پرہیز کارہوتا ہے لیکن اسکا
 خاندانی اثر نہیں چانے پاتا، باوجود یہ کہ اس کی حرکات بدل
 جاتی ہیں، لیکن بعض اوقات اُس کے وال میں خود بخود شرمندی کی
 خواہش پیدا ہو جاتی ہے۔

ذکر ہے کہ ایک لائق فوجی افسر کو شراب پینے کی عادت
 ہو گئی تھی، اور اوس کی اس عادت سے اُس کی زندگی میں
 اور اُس کے انتقال کے بعد بھی بہت کم لوگ واقعہ تھے لیکن

اُس کے لڑکے اور مجیدہ (راقمِ ضمیون) کو اس کا بخوبی علم تھا، اسکی
 یہ عجیب کیفیت تھی کہ وہ شراب پیتا تھا ایکن ہا و قتیلہ اسکی حالت
 زیادہ خراب نہ ہو جائے کسی پر ظاہر نہ ہوتی تھی، ایسی اس میں
 وہ چند اشخاص کے ساتھ تاش کھیلا کرتا تھا، اور اس موقع پر
 اتنی شراب پیتا کہ بالکل مدھوش ہو جاتا اور پر اٹک رکھ کر اپنے ہاتھ پر
 چلا جاتا، اور اس قدر مستعدی سے اپنی کام میں مصروف ہوتا
 کہ کسی کو اس کی بابت شراب خواری کا گمان بھی نہ تو انگروہ ہمیشہ
 اس کو کوئی شش بین رہنا تھا کہ یہ سرکے کو ایسی عادت نہ ہو جائے
 یہ فوجی افسیر شراب نش کی غرض سے مینیں پیتا تھا بلکہ
 صحف اپنے آپ کو خوش رکھنے کے لئے پیتا تھا، اور اس باقاعدہ
 اُس کے رٹکے کو بھی بخوبی حسلم تاجب رٹکے کی عمر ۲۰ سال کی
 ہوئی، تو باپ کی عادت کا اثر اس پر بھی ہونے لگا، اُس نے
 شمرکے باہر ایک مکان کرایہ پر لیا، جو ریل سے پانچ میل
 اور شہر کی آبادی سے ایک میل کے فاصلہ پر تھا، جب باکپڑھ
 شراب خواری کو دل چاہتا، تو اس مکان میں جا کر اکیلا بیٹھا رہتا
 اور اس خواہش کو مغلوب کرنے کی کوشش کرتا، اور جب نش کا
 خیال دور ہو جاتا تو وہ ان سے واپس آ جاتا۔ اب وہ ایک بہت

پرہیزگار ہے اور کبھی شراب چیزی خراب چیز پینے کی خواہش
 نہیں کرتا، اور ہمیشہ اس یالا سے محفوظ رہتے کی کوشش کرتا ہے
 اور پر کی مثال سے آپ لوگوں پر ظاہر ہو گیا ہو گر اسات کی
 لکھی ضرورت ہے کہ بچپن ہی سے بچون کو یہی عادات سوچنے کی
 تربیت دی جائے، ہم کو لازم ہے کہ ہم شرابی ہوں یا نہ ہوں
 لیکن اپنے بچون کو ایسی باتوں سے پرہیز کرنے کی تربیت دیجو
 رہیں کیون کہ اس میں ان کی آئندہ زندگی کی بدلائی ہے آج کل
 درسوں اور دیگر جلسوں میں اکثر ایسے مضمایت پر کچھ دخیر ہوتے
 رہتے ہیں بلکہ ایک روز میں نے دیکھا کہ ایک اسٹر صاحب
 اپنی جماعت کے ساتھ جس میں تقریباً ۱۵۰ اڑکے ہوئے
 شراب خواری کی براہی پر کچھ درس رہے تھے اگواس وقت
 وہاں کوئی شرابی اڑکا تو نہ نہتا اتنا ہم ان ہی میں سے چار یا پانچ
 اڑکے ہڑے ہو کر شرابی نکلے ہوں گے ایکونک ان میں نکو
 والد کا اثر تو موجود ہی نہ تھا، اور اگر وہ اثر صرف کچھ دن ہی سے
 نکل جائے تو بے شک بہت مناسب اور بہتر ہے، لیکن

یقین نہیں ہوتا

ماسٹروں کی یہ کوشش کو صرف کچھ دن کے ذریعہ سے

لڑکوں کو شراب خواری سے باز بچتیں، میں سے خیال سے صرف وقت کا فنا لئے کرنا ہے امیں یہ کہون گا کہ باپ اپنے بچے کی حالت بخوبی واقع ہو گا ہے اور یہ اسی دل کا مر ہوتا ہے کہ بچوں کو بدین سنتے بچا کر نیکی کی طرف رجوع کرے، ایسا نکہ باپ کا ایسا تسلیت نام ستر کی اطمینان کے نریاد و اثر رکھتا ہے۔

ایسا میں والد کے حقوق جو بچے کے متعلق ہیں جیسا ان کرنا ہوں یا پاپ کو چاہئے کہ اسی پتے بچوں کی خوشی، اور ان کی دل حسپی کے سامنے یعنی ایسا ہی حصہ سے جیسا کہ ان کی تعلیم میں ایسا ہے، باپ کو اپنا فرض سمجھنا چاہئے کہ بچوں کیوں ایسے دھپ پاشغال کی طرف متوجہ کرے جس سے بچے خوش ہوا اور کبھی ان کا ہوں گی رنجیت نہ دلائے ہیں سے وہ فرست کرتا ہوا یا زیر وقٹی ان میں مشغول، کہا جاتا ہو، باپ کو خود بھی خوش مزاج رہتا چاہئے اور خود بھی والد پر مشغلوں میں شوق سے حصہ لینا چاہئے تاکہ اس کی خوش مزاجی کا اثر بچوں پر بھی پڑے، دل حسپی ہیں قسم کی ہونا چاہئے۔

اول والد کو چاہیو کہ بچوں کو اکثر ہماری یونیورسٹی پر فریج اور ہوا کھلانے لے جائیا کے بغون کی طرف توجہ والا کر باغ نبانی کا شوق پیدا کر کریں اپنی تو ایسے کے

قصہ سننا تارہتے، دو روز کے شہروں اور ملکوں کا فکر کرتا
رہے، تاکہ اُسکا شوق ایسی چیزوں کی طرف زیادہ پیدا ہوتا جائے
دوم۔ والد کو چاہیو کہ بچوں کو ہمیشہ وزش و رُزش و کثرت کی طرف
رغبت دلاتا رہتا کہ اونکے جسم میں چیتی و چالاکی پیدا ہو۔

سوم۔ والدگی بھین چاہتے کہ بچوں کے، قصور، در
غلطیوں درکذب کرے یا کام کو ہمیشہ خودہ طلاقی سے بچتا رہے
جہانگیر ہو سکو لچپی اور خوش فرماجی کے اسباب انکرنے ہمیا کرے
تاکہ دوسرا کی صورت نہ ہوا اور وہ خوبی خوش ہو کر طرح کی تازگی
حائل کر سکیں، جیسا کہ ایک پادری صاحب کیا کرتے تھے، وہ صحیح انٹھکر اپنا
کام صرف کرتے اور شام کے پانچ بجاتک کام میں سخت مشغول رہتا ہے اور اپنے
آؤ پر بعد چار نوشی کے باہر بیکھر میں چل جاتے جہاں کام صرف وہی ہے اور کتنے
اور دوسرا شخص تھرہ تین، کتابات وہاں خوبی رے سیٹھی بجا کر قرآن و حجر
سیٹھی ہی سے خوشی اور تانگی حائل کر قرآن اور لات ہو جائے پر وہ اپنے آئے، دوسرا
روز صحیح پر جسم میں سرگرمی سے کام میں صروف ہو جاتا ہے کل وہ پادری صاحب
ایک گرجا کے بڑے پادری ہو گئے ہیں میں جیاں کرتا ہوں کہ وہ ہمیشہ
اپنی اوس میں رُزش کو جاری رکھ کر خوش فرماج بنے رہیں گے۔

اُب میں آپ لوگوں کے سامنے یہ عرض کر فکار کا اگرچہ پورہ طبک

ہم ایک شخص کی ساری کاپتوں کا لیت ہیں مگر اوسکی اندر ہوئی خواہیں ہوں
 اور اسی خواہیں سے واقعیت خواہ ہیں کو مکت، اسلامی حرف باقی
 پھون کی وجہ پر کے مطابق سامان جو ہمارے متنہاً ہر ایک شاں لیجئے کر دو گے
 ہیں، ایک اسکول سے واپس آ کر قرار گیلہ کیلئے (فیلڈ) کمیل کے
 میدان میں چلا جاتا رہو گویا کیلئے جو بھی ایسا ہی خرض یافتہ ہے جیسا پڑھو کو
 اس طرح وہ اپنی زندگی کو سزا نا ہے، وہ سر الٹا کا سرقہ پر ہمیشہ کو اپنا
 فخر شناخت کرتا ہے اور اسکوں ہم اپنے ہمیں کیا پڑھتا ہے جسے اور بتا ہے
 اس طرح وہ اپنی زندگی کو بخواہی کا نیک احسانات ہونا تصوری امر ہے
 کہ پھون کی تعلیم کے ساتھ انگلی وجہ پر کہے جائے کوئی شہادت بجھا جا گو
 اور یہ کام بآپ کے ہوئے کہ اسکوں ماسٹر کا کیون کہا پکا اثر بہت جلد پچھے پر
 پڑ سکتا ہے اور وہ ہمیشہ قائمہ سکتا ہے جو صرف بسجد پر ہے لیکن اسی تعلیم سے
 ہو، بلکہ والدین کی حرکات کا جواہر پرچھے پرپڑتا ہے وہ ہی ایک تعلیم ہے۔
 اگرچہ آج کل پھون کو تعلیم دینا یا پکا فرعون ہیں ہمیشہ جاتا ہے
 تاہم خرض تو ضرور ہے کہ وہ یہ بات پھون نے فہرشن شیں کر دے
 کہ پڑھنا لکھنا ایسی انگلی زندگی کا ایک حصہ ہے، اور یہ یون ہو سکتا ہے
 کہ باپ کتابوں کا مطالعہ کرتا رہے اور پھون کو سمجھا تا رہے کہ
 کتابیں ہی ایسی ہی بیش بہاچیزیں ہیں جو یہیں کہ گھر کی دوسری قسمیتیں ہیں

یہ بات سلسلہ ہر کو کہ پچھے کی تعلیم کا سلسلہ گمراہی سے شروع ہوتا ہے
کیونکہ وہیں سے بچہ چیزوں کو پہچانا ہو، چنانچہ وہ اپنے بہن اور
بھائیوں کو دیکھ کر مرد اور عورت کی شاخست کرتا ہو وہ تعلیم جو اسکو
گھر میں ملیگی بہبہت اُس تعلیم کے جواں سکول اور کالج وغیرہ میں طبقی ہو
زیادہ مستحکم اور با اثر ہوتی ہے اس لئے والدین کو اپنے بچوں پر اپنا
نیک اثر دالتا چاہئے۔

کیونکہ جب بچہ جوان ہوتیکے بعد اپنے والدین سے علم و
ہوتا ہے تو اُس کو مختلف کاروباری نئے خیالات و معاملات
سے سابقہ پر تباہ ہے مگر پہبھی اسکے والد کا وہ اثر جو اس میں
سریت کر گیا ہے تازندگی اُس سے جدا نہیں ہو سکتا۔

باب هشتم

زمانہ طفولیت کے امراض

ہڈیکا بیڈول ہو جانا سورا وگ، پیش یہ شخصی اور متشلی و نست
اور سچیش، کرم اسعاڑ شکم کا تکل آنا، اس تو نکلا او ترا آنا امراض تنفس خناق
گلا، سببیہ چانا، سوکھی میںی یعنی بچون کی تپ و قی، بینا را اور عقدتی بینا را بیان
گھیٹیا، بخشہ، خواب میں ڈرتا، درد سر کا ان کا درد و نکس پھر پھٹتا، ہاتھ پاؤں کی
جلد کا پھٹٹا شیبر (کوئی بھیان) سوئی میں زیادہ پیدۂ فکلان
نہنے بچون کے امراض کا تو ذکر ہو چکا ہے اور نیز کلیک شکایات کے
پیدا ہونے کی حالت میں جو تدا بیر کرنی چاہیں وہ بھلے بنادیکی ہیں۔ لگوائیں
چاہتی ہیں کہ بڑے بچے بھی محفوظ رہیں تو لازم ہے کہ اون کے امراض اور امراض
کے دفعہ کرنے کی تدابیر کو سمجھیں اور جانیں۔

ہڈی کا بیڈول ہو جانا

بچون کے ہڈیوں کا بیڈول ہو جانا ایک ایسا مرض ہے جو اونکی آئندہ نسلی پر بہت
گھرا شد و الہا ہر شیبر خواریکا زمانہ نہم ہونے کو قبل اس مرض کے نغیف آثار اور علامات ظاہر
ہوتی ہیں۔ اصلی وجہ بخوبی اس شیبر بھی ہے تو ہرگز تغفیلت نہ کرنی چاہا
جب شیبر خوار بچون کو بجا شیر ما در کے اور غذا وغیرہ دی جاتی ہے جس میں

نشاستہ کا بیز زیادہ ہوتا ہے مثلاً سینیٹ خدا میں یا کم چکنی کی خدا تو یہ
مرض ہو جانا ہے۔ ابتداء میں بچہ لاغر اور کمزور ہو جاتا ہے تاکہ
رہنے لگتی ہے اور درست ہمیشہ جاری رہتے ہیں۔ کھانسی باز کام اور شیخ میں
آئے دن مبتلا رہتا ہے اور آخر کار کل جسم کی لشوونگی میں فرق اگر ہڈیاں نرم
(اور بدنہمیرت ہو جاتی ہیں)

اگر ولادت کے ایک سال کے اندر دانت تکلین اور تالوکی سطح پر
ہو کر سر کی سطح کے ربا پر ہو جائے اور شب میں بچہ بے چین رہتا ہو اور
سوتے ہوئے سراور چھرہ پر پسینہ آجائے تو سمجھنا چاہئے کہ اس مرض کی
ابتدائی علامات میں دیکھتے میں ایسے بچے موجودے اور تند درست معلوم ہوتے ہیں
لیکن دوسرے سال میں فربی جو دراصل بچوں میں ہوتا ہے جاتی ہے اور
اور دبلا ہو کر ہڑی اور چھڑا رہ جاتا ہے۔ اگر خلافتی یا پھر اپھنانے کی وقت
مجاہے خوش ہونے کے پچھے روئین یا کھلانے میں خوش نہ ہون یا بدین
و ٹھیکلا پڑ جائے تو ماں کو ہوشیار ہو جانا چاہئے۔ اس مرض کے پچھے
دون کے بعد جلتے ہیں اور اون کو چلانا بھی نہ چاہئے۔ اس صورت میں
سب سے پچھے خدا کی اصلاح ضروری ہے۔ کیونکہ ایسے بچوں کو بدیکھی کی
شکایت زیادہ تکلیف دہ ہوتی ہے اسلئے اجر قدر جلد ممکن ہو اور اکثر سے مشورہ
یکراوس کی تجویز پر عمل کیا جائے۔

خاں ہیں وہ بابا لامائی ہاں ملٹ سے پانچ گھنٹوں کی اشوف بگاؤ شست کوٹ کر دے سکا
عوقہ نہ تھے ہیں اور گرم اس کے بیشوں پر بنا بیبا بیبا ہوتا ہے نارانچی اور جبیکے شربت اکٹھنے
کے جاتے ہیں جو شفی بیا پڑو دودہ اور پینٹ دو ایں بالکل بند کر دیتی چاٹھیں۔

Hypophosphatite of lime
کاؤ بیو لاکل اسکیشن میں ہائپوفاس فیٹ اف لائم کا
ملکر ملا ناہبہت مفید ہوتا ہے اور اکثر تلہ فیم ہو جانا ہو اور جھنڈ و فقات کا ذیور اعلیٰ میں لٹ
ملکر دیتے ہیں پچھے کوتازہ ہو اخوب من چاہتے اور گروں سے پاؤں تک اونی رہاس
پھٹانا چاہتے

جو بچے کے قدر ترقی رضاخت سے پروٹیں پانتے ہیں اون کو عموماً مرض ہنڈیں ہوتے اور
مصنوعی رضاخت والے بچے اکثر اس مرض میں بیتلہ ہو جاتے ہیں۔

اسکر دی بیتی سواروگ

حقیق سواروگ کے آثار ابتدائی مرض ریکٹیس Rickets
کے ستح پیدا ہوتے ہیں اور یہ دونوں امراض عذکی بے نزیبی کی
وجہ سے لاحق ہوتے ہیں اور عذکا کے نام واقع ہوتے ہا ایسے ہوئے اور
کاظمی دودہ اور پینٹ غذاوں کے استعمال سے بھی یہ مرض اکثر پیدا
ہو جاتا ہے۔

زیادہ ہم کے بچوں کو بھی عرصہ تک تازہ تر کا بیان اور تازہ پھلوں کی
نہ ملنے اور ایک ہی قسم کی غذا پانے کی وجہ سے یہ عارضہ ہو جاتا ہے بچے کے

اعضا، اور بوجھوں جاتے ہیں۔ یا تمام جسم ہمیشہ ہو کر منور مہم ہو جاتا ہے مسروق
بچھوں جاتے ہیں گویا اسفنجی حالت پیدا ہو جاتی ہے اور ان سے خون ان
لکھتا ہے اگر غذا میں فوراً اصلاح نہ کی کئی نوبچہ لاغر اور سست ہو جائیگا اور
اور چھپہ زرد پڑھائیگا۔

غذا کی خاص اصلاح کی جاسے۔ تازہ (بلاجوش دیا ہوا) دودھ تازہ
گوشت اندھے اور بچھوں کا افسرہ اور بچھوں سے آؤ باد و سری زدہ قضم
غذائیں دی جائیں۔ اور اگر ممکن ہو تو داکٹر کو ضرور دکھایا جائے
قبض

قبض کی شکایت کو خفیہ ہے سمجھنا چاہئے جس سبب قبض ہوتا ہوا دکھاوی قح کرنے پاک ہے عارضی
قبض اور یقیناً ناک کی آجاتی شکایت اجرا اوقات سردی بدیکیں ہماریت کر جانی یا انتہائی کمی و ہبہ سے
ہو کر قیہرے۔ لیکن عموماً دیر ہضم غذا کے استعمال سے یہ شکایت ہو جاتی ہے بخترين حال
ایک خواراک کیسٹر ایل دراوسکے بعد گرم پانی کا عمل ہوتا ہے
مزمون قبض

روزانہ سہ مولاں میں وقت کی باہندی کرنے گرم غسل
کے بعد ٹھہرے پانی سے ڈو شنس لینا اور روزانہ روش کرنے اور
کھانوں کے اوقات کے درمیان خوب پانی پینے سے رفع ہو جاتا ہے
ماون کو لازم ہے کہچون کی غذا اون میں کچھہ تبدیلی کرتی رہا کریں

تبديلیں خدا کا اثر ہی اجابت پر ایجاد ہوتا ہے۔ بخال ہوا دودہ چونکہ درستہ مضمون ہے اس لئے ایک سرکیٹ اف مالت Extract of malt کا ایک تجھے ملا دینے سے دودہ کی اصلاح ہو جاتی ہے کیونکہ کچھ تحریک کر قدر سے گرم دودہ میں ملائکر علی الصیاح پیکر کو کھلانا مفید ہوتا ہے منقصہ اور ابھیر کی پڑنگ زیادہ عمر کے بچوں کو بہت نفع کرتی ہے۔ اور صحیح کے وقت بچلوں کا شریت یہی مفید ہوتا ہے۔ سیدب۔ ناسیقاتی خوبیانی بچوں کو زیاد کھلانا چاہئے۔ لاغر بچوں کو جن کے جگہ مزدوج ہوتے ہیں قبض کی عادت ہو جاتی ہے اور نہ صرف اون کی خدا میں بہت زیادہ احتیاط کی ضرورت ہے بلکہ سردی اور زیادہ نکان سے بچانے کی ضرورت ہے روزانہ گرم پانی سے سیکنے کے بعد رونگ زینتوں سے ماٹش ہونا چاہئے۔ علاوهٗ تلوڈ میلنٹری یا دایا چینی کے دیگر دو ایں ہرگز نہ دی جائیں۔ تبدیل آپ وہوا کہ بناہ پا بھری سفر کرتا ہی بہت مفید ہوتا ہے۔ قبض کو ایک سحوی مرض نہ سمجھنا چاہئے اس میں ہر کس وناکس کی دوائی سے بہت احتیاط چاہئے۔ پتھر طبیب یا اکٹر کے مشورہ کے یوتانی یا الگریزی دوان دیکھنے زیادہ دواؤں کو سندھ خراب اور مکروہ ہو جانا ہے۔ کاسینہاں رفح قبض سے بھی مشکل ہے۔

بذریعی اور مشکلی

اگر پچھے کے سینہ اور شکم میں درد کے سختھے متلبی معلوم

ہوتی ہوئیا بہت سفہی کی دیگر شکایات ظاہر ہوں گرم پانی کی بوقت استریں رکھی جائے اور شدید درود میں گرم سینک کرنی پڑے ہے۔ اور بغیر اکٹر کے مشورہ کے غذہ اس کرنے دیجاسے۔ اگر بیٹی میں طردد ہونو تو سے ۲۰ اونس تک گرم پانی میں ایک چمچہ روغن زیتون ملا کر اسعاں میں پچکاری لگانی چاہئے۔

پچون کوئی کرنے میں تکلیف نہیں ہوتی بلکہ آسانی سے قہ ہو جاتی ہے اور ویرضم غذا سے مدد خالی ہو جاتا ہے عموماً جب بخار آنے والا ہوتا ہے قہ پچون کوئی آتی ہے اور وہ لرزہ کے قایق قام بجا تی ہے بڑے بڑے امراض کی بھی علامت ابتدائی ہوتی ہے اور اگر جلد جلد اور عرصہ تک سلسلہ قائم رہے تو سمجھنا چاہئے کہ دماغ یا امعاء میں فتور ہے یا کوئی متعدد قسم کا بخار آئیوا الا ہے۔

دست اور پی

دست اور پیش کا معقول علاج شروع سے ہی کرنا چاہئے مثل بڑو اگرچون کے دست آنے میں غفلت کیجاسے تو خطرناک بات ہے شروع ہی سے پچھے کو بستر پڑا دینا چاہئے اور سیال غذا میں دینی پاہیں۔ مشلاً دو دیا نصف دو داد نصف جوش دیا ہو پانی ملا کر یا ہلکا بارلی داٹر دو دو گھنٹے کے بعد دیا جاسے کیسٹرائل کی ایک فوری ایک اور گرم پانی کا عمل ہر حالت میں

ایک مرتبہ ضرور دیا جائے اگر وست شدید آتے ہوں تو دودھ قطعی طور پر پچون کو تر دیا جائے بھائے اوس کے پانی میں انڈے کی سفیدی یا کوئی دوسری مناسبت غذا دی جائے۔ پچھے کو پانی خوب پلا دیا جائے اور بستر میں گرم پانی کی بوتل رکھی جائے بلا خیال احتسان کے اگر کوئی دوادی ہے سکتی ہے تو یہ اُنل ایکلشن کا ہلکا ڈوز ہے انڈے کی سفیدی کا سختمان ہر جا میں میں ڈال کر، اسے تر کرنا چاہئے اگر اجابت کا رنگ بدلتا ہے اور بستہ نہ ہو اور غدا میں ہی کم نہ ہو تو سمجھنا چاہئے کہ دست سردی سے آتے ہیں۔ ہر حالت میں جلد داکٹر کو دیکھ لے چاہئے کیونکہ شروع میں یہ کھن کر اس دست کا انعام کیا ہو گا

مشکل ہے

اگر وست ہمیشہ آتے رہتے ہوں تو سمجھنا چاہئے کہ پچھے کی صحت خراب ہے۔ یا مکان کی گندگی اسکا باعث ہے جس کا اثر پچون کی صحت پر اچھا نہیں پڑتا اولیٰ قسم کی شکایات میں بتلا ہو جاتے ہیں۔ بعض وقت انشود کاپورے طور پر نہ ہونے یا کمزوری کے باعث ہی دست آتے گلتے میں راسی ڈاکٹر کی راستے اور تجویز نے پچھے کی غذا میں اصلاح کرنی چاہئے۔ تبدیل آب و ہب اکرنا ایسے پچون کو بہت مفید ہوتا ہے۔

کرم امعاء

اکثر پچون کی آنتوں میں کرم ہو جاتی ہے اور یہ کرم تین قسم کے ہوتے ہیں

(۱) پھر تے۔ سوتی کی طرف سے پہنچنے۔
 (۲) کیچھوے۔ جو سات یا آٹھ حصہ اونچ لائیں ہوتے ہیں۔
 (۳) کدو داتے۔ جو بہت لا بنے ہوتے ہیں۔

اول الذکر کر پہنچے کی امداد میں ہوتے ہیں اسے آسانی سے علاج پہنچنے ہوتے ہیں۔ لیکن کدو داتے بالائی امداد میں رہتے ہیں اور بہتر مشکل حالت ہوتے ہیں۔ اگر کمزور پھر شب میں شے جیں سوتا ہوا اور پا خانہ کے رقم پہنچنے رکھنا ہوا اور ناک نوجوان ہوتے پہنچے کی امداد میں کرم کے وجود کا استثناء ہو سکتا ہے۔ ایسی صورت میں اچابت کو یہ غور دیکھنے رہنا چاہئے کہ کرم خارج ہوتے ہیں یا نہیں۔ اگر کرم و کھائی دین تو شب میں کیسٹران کا ایک دُوڑا ہے اور دن میں سنتوں میں (monks) کا واحد کرم سفوف ایک خوارک کھلائیں اور بعد ازاں پائیج اوس پانی میں ایک چیز ناک ملا کر عمل کے فریجے اسما کو دیو دینا اور انہیں چار روڑ تک پچکاری لگاتے رہنا پا ہئے پہنچے کے چہلکوں کا جوش دیا ہو پانی بھی پلانا مفید ہوتا ہے۔

کیچھوے اور کدو داتے کا اثر پھر کی عالم تقدیرستی پر خراب پڑتا ہے۔ یک دارسلی اور قویخ مادست مکم خوابی بھی اور تشنج اکثر لاحق ہو جاتا ہے۔ کرم اسما کے وجود کا شیبہ ہوتے پر قورا (کٹا کر کو بلانا چاہئے) کشیف پانی میں کھسپ کا دی خراب اور لپکر کی پوچھتے گوشت کھاتے سے یہ مرض اکثر پیدا ہو جاتا ہے۔

شکم کا نکل آنا

بعض بچوں کا پریٹ کھڑے ہونے پر نکل آتا ہے اور مائین دیکھ کر پریٹ میں ہو جاتی ہیں ملیرا (بخار) بچوں کے بعد جگر اور طحال بڑا جانشی وجہ سے شکم پر ہر خال تاہم یہ علامت ہمیشہ حیاری کی نہیں ہے۔ کیونکہ نفع کی وجہ سے بھی شکم نکل آتا ہے یا کرم ملکوں میں شکم کے العصاپ و عضلات کے کمزور ہو جانشی وجہ سے اسعاہ پور سے طور پر رکنہیں سکتیں ایسی حالت میں داکٹر کو ضرور بلانا چاہئے اُستو نکا او قر آنا

اگر زور پڑنے کی وجہ سے آنتون کا کوئی حصہ پڑو میں اوقت آتا ہے اور پچھلی ٹیکار ہے تو دیانتے اندر کو چلا جاتا ہے۔ جن لڑکوں کے ختنے کی ضرورت ہوتی ہے اون کو پیشا پ کرنے میں زور کرنا پڑتا ہے اسلئے اون کی اکثر آتنیں اوترا تی ہیں

داکٹر سے مشورہ کرنے میں تاخیر ہرگز نہ کرنی چاہئے۔ عمل کرنے سے یہ عارضہ آسانی سر اچھا ہو جاتا ہے اور کم عمر بچوں کو کافی پہنچانے سے ہی جلد یہ عارضہ جاندار بینا اُعراض شفقہ

یک ایک موسمی تغیرات کی وجہ سے اکثر سردی بدن میں سرایت کر جاتی ہے۔ اس سے ہرگز غفلت نہ کرنی چاہئے ورنہ آخر میں یہ مرض اندر ایشہ ناک ہو جاتا ہے۔ اول ایک ہلکی تلیں دیتی چاہئے۔ اور اپنے زبان

رائی کا غسل دیا جائے ہلکی غذا پکر کو دیجائے۔ اور ہم ٹھنڈا ٹاک بسترنر کر کے
 کو اندر رکھا جائے۔ اس قسم کی سردی سے بچتے کی تدبیر چڑھتے ہیان کر دی جائی
 ہیں۔ فلاںین پنڈر گرم غسل کر بعد ٹھنڈا دوش روشکر فراور تازی ہوائیں
 ہئے سے یہ شکایت ہنپیں ہوتی الگ پکر کمزور ہے اور سردی کا اثر جلد قبول کر لیتا
 تو اوسکے سیستم پر دلوں جانب روغن سرسوں یا کاٹ دیور آئل کے مالش
 کی جائی۔ اور جارٹر کر دوسم میں کاڈیور آئل پلاٹر رہنا چاہئے۔ اگر سین سری لکھی وجہ سے
 کھانسی آتی ہو تو قدری لاکھ میں Lime juice اور دس قطرہ اپنی کوکوانا
 یا سیکریکس یا گلیکرین Glycerine Precacuanha
 یا شکر ملا کر کھاتے رہئے سے جانتی رہتی ہے
 کھانسی کے ساتھ بخار ملتے ہتھس، اور درد سر ہوتا خفیث سمجھتا
 چاہتے بلکہ یہ نزخرہ وغیرہ میں سوجن ہو جانتے کی علامت ہے۔ شدید
 کھانسی اور نکونیا کی ابتداء اسی طرح ہوتی ہے اسلئے داکٹر کو قورا بلانا
 پڑے دوسرے قسم کی کھانسی۔ خشک کھانسی ہوتی ہے یہ شب میں
 بہت آتی ہے اور تخلیف دہ ہوتی ہے اور اکثر قیض اور پیدا فحی اسکا سبب
 کیسٹر آئل کی ایک فوراً اور ہلکی غذا دینے سے اکثر اوسکی شکایت جاتی
 رہتی ہے خشک کھانسی جیس سے کھر کھرا سبٹ ہوتی ہو اور کھانسے میں
 ٹھنڈھن جیسی آواز تخلیقی ہو تو آخر میں مرض خاق ہونے کا احتمال ہوتا

خناق

کم عزیز ہوں کو یہ عارضہ جلد ہوتا ہو اور اس سے خوف کرنا بھی۔ کیونکہ بعض اوقات و فتاویٰ دینیہ ریاست
شرع موجہ کر رہا جاتا ہے اور آخرین حملہ ثابت ہوتا ہے خاقان لکھت تقدیس کا ایک طبقہ ہے جس میں
ترخراہ کے اندر سو زوال پوکر درم پوچھاتا ہے سانش مشکل سے لیا جاتا
اور جلد حلید پختا ہے۔ اور کوئی حیرز خارج نہیں ہوتی۔ کیونکہ نزد خدا کے اندر
ایک طوبیت رستی ہے جس سے ایک جعلی سی نیکر سالمنس کی آمد و فوت
تلگی پیدا کرنا ہے ہر مرتبہ پچاس سانش بینے اُل کوشش کرتا ہے لیکن نزد خدا کے
پنجھ نہیں اور ترتا اور باتا خرچ پسند گھٹ کر مر جاتا ہے۔

ابتداء میں نکام ہوتا ہے۔ ناک بھتی ہے کھانسی آتی ہے اور ادبماری ہو جاتی
ہے پھر سانش مشکل سے آنے لگتی ہے محدداً جب یہ علامات اور آثار پائی
جاتیں تو مان کو ہوشیار ہوتا چاہئے۔ لیکن یہ عارضہ اکثر رات کے
وقت جب پچھے سوتا ہو نو دفعہ شروع ہو جاتا ہے۔

سہ سے پھلے پچھے کو دس سے پندرہ سنت تک بقدر برہ اشتگرم
پانی کے شہ میں مٹھہ ہی مٹک لکھنا چاہئے۔ بعد ازاں قواراً اوسکے جسم کو شکل
کر کے گرم کریں اور ہادینا چاہئے تسلی گرم پانی میں ایک چیز (چا) پانی کے کوان
ملائکر پچھے کو پلانچلے اور تا وقت تک تسلی شروع ہو برادریتے ہوں یعنی پچھے کو
چب پاپ لیٹے رہنے دینا چاہئے اور ایک یوقل گرم پانی کی بستری میں ہر وقت

رکھی رہنا چاہئے اگر اجابت مکمل کرنے ہو تو فوراً لگھیرہ من کی بیکاری الگائی جائے۔ ایسے دورہ کے بعد کم از کم تین روز تک پچھے کو بستر پر ہذا چاہئے۔ اور بہت ہلکی عذاب دینا چاہئے اگر اس طرح فوراً علاج کیا جائے تو فوراً مدد سے زائد ایک یاد و گھنٹہ دورہ رہیگا اور بچر جان کا خطرہ نہ ہو گا اگرچہ ڈاکٹر کو فوراً بلایا جائے لیکن ڈاکٹر کے آنے کے انتظار میں مانکو وقت ضایع نہ کرو چاہئے بلکہ فوراً پچھے کو گرم پانی میں ٹہہدا دینا چاہئے سخاف کی ایک دوسرا قسم یعنی ہے یعنی محوی سردی لگ جانے سے اسکی اپنادی ہوتی ہے۔ غزوہ کے احمد بخاری سب سو رش اور درد کی شکایت ہوتی ہے بخارا ہو جاتا ہے اور بسبب درد کے اس میں گرفتاری اور کاوٹ ہوتی ہے آدا بچھڑائی ہوئی کرتی یا بالکل بچھڑ جاتی ہے سانس مشکل سے لیجاتی ہے رفتہ رفتہ سانس لینے کی کوشش کرنے میں بچھے تھک جاتا ہے۔ لیکن اس میں سوت اس قدر و فضہ واقع ہمیں ہوتی ہیں قدر کوچھی قسم کے مرض خاص میں ہوتی ہے۔

بچھے کو گرم ہوا میں رکھا جائے۔ مریض کی چار پانی کے پاس ایک بچھے موٹکی تیسلی وغیرہ میں خالص پانی اور قدر کے طارپن ٹائٹن ڈاکٹر اگر پھر تاکہ پانی سے بخارات اونٹھتے رہیں اور جستکہ ڈاکٹر آئے۔ ایک نہ اسکی بیکاری کی دیدیں۔ گرم مشعل اور دوسرا علاج وندایپر (جیکانڈ کرچہ) میں باہم میں

کیا گیا ہے) اجیر وقت صائم کے ہوئے کرتے رہنا چاہئے
 دانت تکلنے کے زمانہ میں پچھوٹا دم اکثر عزگ جاتا ہے اور بعض اوقات
 زیادہ اشتعال ہونے یا بہت زیادہ ڈانٹ دینے یا انفاؤنے کی وجہ سے
 پچھے دم کیخود ہو جاتا ہے اور اوس کارنگ ترد ہو جاتا ہے اور آخر میں گھر
 سانس ہیمی آواز سے لیتا ہے۔ یہ خطرناک ہمیں ہوتا لیکن پچھلے کی وجہ
 مخلل اور سست ہو جاتا ہے۔ پس جتن دجوہ واسیاب سے دم روک
 لیتا ہوا اون کو دور کیا جائے اور کاڈ بیور اُمل اور دیگر مقویات
 کھلانی جائیں۔ اکثر غذا کے بدلتی کا اثر اچھا ہوتا ہے۔
 اگر پچھے کوپکا ہوا دودہ دیا جاتا ہو تو بجائے اوس کے تازہ دودہ
 شور بہ انٹ سے وغیرہ یاد و سری مناسب خدایں دی جائیں
 ٹھنڈے پانی میں ہاتھ کو ڈال دیتے سے دورہ کا وقفنگ کم ہو جاتا
 ہے اگر اس کا دورہ اکثر ہوتا ہو تو اکثر کو دکھانا چاہئے

گلابی پیشہ جانا

پر مرق سات سال کے پچون کو کم یکن اس عمر سے
 زائد کے پچون کو بہت ہوتا ہے۔ موکھہ مکھوں کر دیکھیں تو یہ بانگی
 چڑ کی جانب لوز متورم اور سرخ نظر آتے ہیں اور گھونٹ
 لینے میں درد کرتے ہیں ایسی حالت میں پچھے کو پیشہ پر لیٹا رہنا چاہئے

اور ایک ڈوز کیسٹر آنل کا پلانا چاہیے۔ اور عدا ہمکی دیجاتے تھے
فرائرنے میں پانی میں ملا کر اوس کی بھاپ دینا مفید ہوتا ہے۔
اور ایک ایک لگنڈ کے بعد پندرہ پندرہ منٹ اس طرح
بھاپ پھوٹ جاتے رہنا چاہیے۔ فلا لین کی پتی بھی گرم پانی میں پھوٹ کر
باندھنا مفید ہوتا ہے۔ اگر یہ مرض جلد ہو جاتا ہو تو حلق کی لوڑ
پہلوی رہ جاتی ہیں۔ اور بچپہ کو تھوک نہ لئے اور کھانسی آنے سے تکلیف ہتی
ہے۔ ایسی حالت میں فوراً شکاف دلا دینے سے جدا چاہو جاتا ہے
بعض اوقات حلق میں اندر کی جانب گلٹیاں پڑ جاتی ہیں جنکی وجہ
نک کار است روک جاتا ہے۔ اس سے عام کمزوری ہو جاتی ہے اور
ویگر شکایات لاحق ہو جاتی ہیں بچپہ بیمار معلوم ہونے لگتا ہے۔ روزی کا
اثرا اوپر بہت جلد ہو جاتا ہے اور چونکہ تاک سے سافس نہیں ملتا
اسیلے ہر قسم ہونہ کھو لے رکھتا ہے۔ لگے بڑھنے کی حالت میں لوز کو
کٹوا دیتے ہیں۔ اس طرح خفیقت شکاف سے یہ عارضہ دور ہو جاتا
ہے۔ شکاف دلانے میں توقیت نہ کرنا چاہیے۔

سوکھی میلی یعنی بچپوں کی تپ و ق

تپ و ق کا مادہ جن اعضا میں سرایت کر جاتا ہے وہ خوش
بھی پسلے اوس مادہ کو درفع کرنے کی کوشش کرتے ہیں

طہذہ اس سرنس کی محض ابتدائی علامات اور آثار کے معلوم ہوئے اور ہبہ نشانے
 کے لئے ماؤن کوہ رفت ہو شیار ہشا چاہئے۔ اوسکی علامات کا ظہر سب
 پھون میں یکسان ہنین ہوتا بلکہ مختلف ہوتا ہے یہ مادہ پھیپھروں میں جمع ہو کر
 سل کا مقدمہ ہوتا ہے یا گردن کے غدد دمایا دماغ مایا جوڑوں اور ہبہ
 میں جمع ہوتا ہے۔ اس مادہ کا اثر جب پھیپھرے پر ہوتا ہے تو باوجوہ تھوڑے
 نگرانی اور رکھ رکھاؤ کے بچھے موٹا ہنین ہوتا بلکہ مست رہتا ہے اور زرد
 ہو جاتا ہے۔ کوئی چیز اوس کو بھلی نہیں معلوم ہوتی اور نہ کسی چیز سے رہتے
 کرتا ہے۔ بعد چندے کھانسی اور خفیف بخار ہو جاتا ہے۔ سانس جلد جلد
 آتا ہے اور پھر چلنے پھرنے سے جی چرا جاتا ہے۔ اگر علاوه پھیپھرے کے کسی وسرے
 اعضا میں اس سرنس کے مادہ کا اثر ہوتا ہے تو اوسکی علامات صاف
 ظہر ہو جاتی ہیں۔ غدد معدہ کے مائق ہونے پر شکم پھول جاتا ہے،
 درد کرتا ہے اور آخر میں دست آنے لگتے ہیں اور بچھے دبلا ہوتے لگتے ہے۔
 اگر گردن یا ران کے غدد متوہم ہو جائیں تو بہت ہو شیاری کے ساتھ
 پھر ایوڈین کا ضادر روزانہ کیا جائے۔ اگر درم جلد تخلیق ہو جائے تو داکٹر
 فوراً بلایا جائے۔ بعض اوقات غدد کے متورم ہو جانے کے دوسرے استبانے
 بھی ہوتے ہیں مثلاً لگلے میں پھنسی کا ہو جانا، حقن میں خراش یا پھوڑے کا ہونا
 اسلئے اول سبب کو زائل کرنا ضروری ہے۔

چونکہ کشیف اور گند سے مقامات میں رہنے پا دوسروں سے براہ راست
چھوٹ گئے کے یہ مرض پیدا ہو جاتا ہے اسی اگرچہ میں یہ مرض موروثی۔
ہوتا ہم اس مرض کے مریض کے پاس جانے سے پھون کو دور رکھنا چاہئے
کفر و رو ناوان پسے جو زکام اور رکھانشی میں آئے دن بقلا رہتے ہیں اون کی
خاص طور پر تکدد اشت کرنی چاہئے گردن سے پاؤں تک گرم گرم پلڈ کا کپڑا پھینیا
جائے اور کھیل دغیرہ میں زیادہ بخان اور پیشہ وغیرہ سے پر ہیز کرایا جائے
غذا میں مقوی دیجائیں ماچزی لیجنی وہنیت اپالائی اور کھن کی مقدار زیادہ ہو
اور خوب کھلانی چاہیں اور تازہ ہوا میں سلامت اور رکھنے جائیں اور علاج سے
خلفت نہ کی جائے۔

بخار اور دیگر مستعدی ہمیاریاں

باب ہذا کے شرح میں بیان کردیا گیا ہے کہ شیرخواری کا زمانہ گذرنے کے بعد پھون
پھر چڑھنے خفیہ ہے فوجھ مبارہ ہتا رہتا ہے مگر کوئی تعین سماں حالت وغیرہ میں نہیں
ہوتا تاہم مناسب تدبیر اور علاج ضروری ہے۔

اگر ثقیل اور تاقابلِ مضم غذائیں کھانے سے بخارا گیا ہو تو طبعیں ادویہ کا استعمال

کافی ہے

طریکے بخار میں ٹھنڈے سے پانی سے اپنچ کرنے اور ایک خود کی سر ٹریل

پلانے کے بعد پھون کو کوئی دینا مفید ہوتا ہے

اگر بخار کی تیزی کوئین اور طین ادویہ میتے سے کم نہ ہو تو ٹاکڑ کو ضرور بلا یا جائے۔

مسلسل بخار آنے متعدد ہی امر ارض اینٹرک چھپیں خسرہ وغیرہ کامیاب ہوتا ہے۔ تپ دق سے بھی پہلے بخار رہنا شروع ہوتا ہے۔ یا یہ کہ کوئی بھوڑا تکنے والا ہوتا ہے تو ہمیں بخار آ جاتا ہے۔ آخری صورت پر مجھے کسی نہ کسی جگہ درد کی شکایت ضرور بتاتا یا اسکا اشارہ کرتا ہے۔ منقد ہی بخار کی ابتداء نہیں آیکا یا کتنے درد سر بخار اور بھینی سے ہوتی ہے یہاں تک کہ اصلی وجہ ظاہر ہو جاتی ہے۔

مسلسل بخار کی حالت میں غیر ضروری سامان فرنیچر سے کمرہ کو خالی کر دینا چاہیے اور یہ پوکو کمرہ میں رکھتا چاہتے ہیں اور یہیں ہدایات و تباہی کا تذکرہ اس کتاب میں کیا گیا ہوا اون پر عمل کرتا چاہتے ہیں اور تاثر قصیکہ پر بھر حسب بعمول نہ ہو جائے میال غذا میں ذبحا میں۔ پانی اور باری والاطراور قوائیں کے شرہت پلاسے جائیں۔ گرم پانی اور صدایلوں سے بچنے کا تماہیسم روزانہ دہستے رہنا چاہتے ہیں دہونیکے وقت احتیاط کی ضرورت ہے کہ بچے کو ٹھنڈنہ پہنچ جائے۔ بچوں کے بالوں کو سبی چھوٹا کر دینا مناسب ہو کروں کی کھڑکیوں کو ہر گز بند نہ کرنا چاہیے بلکہ سرخ پر دے اون پر لٹکا دینے چاہیں بھائیں بخار میں کمزور آنکھوں کو روشنی اور چک ناگو اور ہوتی ہو۔ بترہست ہلکا ہو اور جلدی

بد لا جائے۔ الگ پچھوڑ حرکت نہ کر سکتا ہو تو وقتو قیمتوں میں بدل دی جائے
پچھوڑ میں تا اور ٹین اور اسٹریلیا میں کم کو دہویا جائے اور ڈوستے کے بعد
کار بولک لئی تمام جسم پر لگانا چاہئے۔ الگ رو زانہ اسپر عمل کیا گی تو نہ کبھی پیدا
ہو گی اور نہ جلد نوجھیکا۔ نیلے یا سرخ لامع کے کمرہ میں رکھنے سے داغ
نہیں رہتے۔ شیم کی دہونی بھی دینا مفید ہے خسرہ اور اسٹرک بخار میں
شدید مکھانسی اور سکوتیا ہو کر اصلی مرض پیدا رہو جانا ہے۔ بخار کے
بکایک تیر ہو جانے اور جلد جلد نفس اور مکھانسی سے اسکی ابتداء ہوتی
ہے۔

اسٹرک اور سکوتیا کے بخار اور خناق و بائی میں پچھے کو کسی حالت میں تھا
نہ چھوڑا جائے۔ کیونکہ الگ رو اور حکمر پیغمبر گی تو قلب کی حرکت بند ہو کر مر جائے
آندر لشہر ہوتا ہے۔

خناق و بائی اور لال بخار میں خلیٰ متود ہو جاتا ہو مخدوش پانی میں فراز بalsam *Friars balsam*
یار و عن تاپ میں والکرایک بند دیکھی میں خوب جوش دیکھ رکھرات میں سالنگلیں
اس سے پچھے کو تکین حاصل ہوتی ہے مرض خناق و بائی میں پچکاری کو ذریعہ
سے جلد میں دوا پہوچانے سے بہت سے بچوں کی جانیں بچ جاتی ہیں۔
اور الگ ابتداء میں پچکاری دی جائے تو پھر دیگر تداہیر کی چند ان ضرورت
نہیں ہوتی۔ خسرہ اور پچھک میں آنکھہ اور کان دونوں پر اثر ہو جاتا ہے اور

حیثیت ب اختیاط اونکو دیکھتے رہنا چاہئے اگر ضعف بصارت و سمع اور حسوس ہو

بیکوئی مادہ خارج ہونے لگے تو ہر گز تغفلت مناسب ہوئیں ہر

ان تمام تباہیوں میں نہ فرم پچھے کو اپنی گھر کے لوگوں سے اور دیگر اشخاص سے دور رکھنے پڑے بلکہ اپنے قیارہ اکیرہ ہمیں احتیاط ہوئی چلے۔ یہ باد رکھنا چاہئے اگر ساقی تیزی اور گھرانا تغفلت ان امراض میں تکچکا سے نویہ سیار بیان نہیں نہیں نہیں۔

جھٹڑ جیاس اور کپڑے سے چوتھو ہوا تی ہو اور سیطرا مسکنیاں اور جلدی منعدی امراض ایک ہم سے دوسرے تبدیل ہوئیں۔ اسلئے صاف خلیہ ہر کو کوئی مرضی تیار نہ کوئی کہاں تک دافع تغوفت ادویہ سے باک صاف کر سکتا ہے۔

لکھیاں بھی منتظر امراض کو چھڈا کر ٹیڑا زیبیہ ہیں اسلئے ہر ہمیز کو انتہے بچاؤ کی ضرورت پڑھنے کے لئے جب بکھیاری زیادہ ہوونا تو بکھیا بائے کا ناخد بخدا گھر بیزی بیزیون کی دکان ملتا ہے ضرور گھر میں رکھنا چاہئے لکھیاں اسی ہمیزی پر کوئی طوپر ڈھک کرو اور احتیاط کو ساختہ رکھنی چاہئے کم ہو جاتی ہیں کھانے پینے کی ہمیزی تو لازمی طوپر ڈھک کرو اور احتیاط کو ساختہ رکھنی چاہئے اکثر میں بچوں کو موختہ باتھ صاف نہیں کھینچتیں جسکی وجہ سے لکھیاں بھعنکتی رہتی ہیں اور یہ پر احتیاطی نہایت اندیشہ ناک ہے۔

یہ سچ ہو کہ سو اسے صافاً حقیقی کے کوئی دوسرا اوس چیز ہے جو اسے اشکد لینے چاہیے جو صحت انسانی کا دشمن ہے محفوظ نہیں رکھ سکتا بلکہ اسی نے ہم عقل ہی حیات کی ہے جس کو تم حفاظت کی نہیں بھی احتیاط کر سکتے ہیں جھٹڑ کا ایندازے ایک دشمن کو جوں

محفوظہ ہے اور اٹکو تباہ کرنے کیلئے انسان نے بعض عقول ہی کو نور سرکجیب مجھیں اسلئے
ایجاد کئے ہیں اور انکو استعمال کیا جاتا ہے۔ اسی طرح اس دشمن شکر سے بچنے کی تدابیر
بھی عقل سے تباہی ہیں اونسے کام نہ لینا اور اصل خدا کی نافرمانی ہجودہ قرمانا ہجودہ اذائقو
پاکیدیں کھڑا کی لکھلکت پاٹیا ہتوں کو بلاکت ہیں مدت ڈالوں بھی اون اسیاں بچوں اور
اون تدابیر کو اختیار کرو جو بلاکت سے حقاً خلاحت کرتی ہیں پس اگر کوئی شخص اسے
لا پرواہی کرے پا اون تدابیر پر عمل نہ پڑنے ہو تو اوسکا لازمی نتیجہ بلاکت ہر جکو
خود کشی اور تقدیم کی نافرمانی کہتا کسی طرح نہ مانتا سب نہیں ہو اسٹی یہ ضروری امر ہے
کہ جو لوگ تیمارداری کرتے ہوں وہ بھی کچھ دنوں تک دیگر شخص سے ہے دو رہا کریں
خطوٹ یہی متعددی امراض پھیلاتے ہیں اور لوگوں کی جیسی بھی حالت ہے۔
بروئے بخاریات کے ڈاکٹر نیو ہام نے نقش ذیل میں مختلف متعددی امراض کے
چھوٹ کا زیانہ وغیرہ درج کیا ہے۔

نام مرد	حالت	زمانہ سرایت مرد	زمانہ یا چوتھوں لئے علمات مرد ظاہر ہوئے تک کی مدت
فسرہ	خشش کروں کی مانند دو سے تین ہفتے تک تا پھوسٹ پھوٹ سرخ کھانسی کی آناد کھڑکا داست جو اپس میں گرنا بینہ ہو جائے	دوسرا یوم	

نام مرض	حالت	زمانہ سرایت مرق علائم مرض ظاہر ہوتا تک کی حدت	ذمہ دیا چکنے کے
فسرہ	ملکروں قبیلے بنا دیتے ہیں چھٹے بیشانی گردان سینپر بخار کے پو تھے دل بخوار ہوتے ہیں	بخار کے تیرہ بے دل بیٹا قریب اپنے ہفتہ تا و قلیک طبع پر دلتے نکو وار ہوتے ہیں طور پر صاف ہو جاتے پانچویں دن شفاق طغی پیدا ہو کر چمکے ہو جاتے ہمیں بخار ہوتا ہے	۱۲ - سے ۱ دن
بیچک	سرخ بخار چکدار سرخ اور ابھرتے آنکھ ہفتہ تا و قلیک جسم سے ہو ڈھیڑھام جسم پر کلائیں۔ لکھاں کا گرنا اور ربوہت کا خرا بند تر ہو جاتے	بخار کی سرایت مرق علائم مرض ظاہر ہوتا تک کی حدت	

زمانہ، یا چھوٹے حالت پر مشتمل ہی ہے	زمانہ سرایت مرض	حالت	نام مرض
	<p>شروع ہوتے سے چار تا ۷ سے ۲۰ ہفتہ</p> <p>گردن کے غدد، متورم ہو جاتے</p> <p>پین بخار ہوتا ہے ابھرتے اور تحلیل ہوتے رہتے ہیں بخار ہوتا ہے</p>		کلسیٹ
<p>خناق دیائی</p> <p>پخار اور حلقن کا ورم سا نتیجہ</p> <p>دو ماہ جب تمام رطوبت کا ہوتا ہے وہ سکریٹرے دن</p> <p>خارج ہونا پسند ہو جائے</p> <p>حلق کی سقیدہ گھلی میں دانت کھل آتے ہیں</p>	<p>دو ماہ جب تمام رطوبت کا ہوتا ہے وہ سکریٹرے دن</p> <p>حلق کی سقیدہ گھلی میں دانت کھل آتے ہیں</p>		خناق دیائی
	<p>کالی کھانسی</p> <p>بخار کے ساتھ کھانسی آئی ہے شروع ہوتے دو ماہ یا جتنک کھانسی کا سلسلہ قائم ہے</p>		کالکھانسی

لے نہ رہا اور قاست پکون۔ اس سرخی کی مشتملیت میں سب سے بڑا
لیکن گرد و ہو یاد ر دسر مخفق اور نہ میں دم اکثر بھی بیکار تا ہذا لفہنا
چاہتے کہ گھٹھیا کا مادہ بچے میں موجود ہے
یہ عوارض دیکھتے میں یہ ظلاہر فحیف ہوتے ہیں لیکن قلب کوہا ایکم طبق
آفقصان کرتے ہیں۔ اسلئے مان کو لازم ہے کہ ان شکایات کو فحیف تر تجویز کرے
پوری توجیہ کرے

شدید گھٹھیا میں بیکار گھٹھیا کی پریکھرہست تیز ہو جاتا ہے اور تھاڑھوڑ ورم
کر جاتے ہیں۔ ایسی سورت میں بچہ کو بیسٹر پر جیپ چاپ لٹے رکھنا اور
بستکرو جو رکھنا چاہتے ہے اور فوراً لبیں اسادھاصل کرنا۔ جلدی بیسٹر یا ڈاکٹر کو
دیکھنا پڑتا ہے۔

ایسے بچوں کو تھیٹھے خواہ کوئی موسم ہو اونی کیمپس پر بھٹکتا۔ یہ بڑیں اور
خدا میں زیادہ تر دودھ اور قرودھ ترکاریاں اور ہلکاؤ ہوتے ہوئے ہونا چاہتے ہے
گرم آب دھوا اور بلیریا سے پاک ہونا فخر رہنی چاہتے ہے

رعایت

جس بچے میں گھٹھیا موروثی ہوتی ہے اوسکے جسم میں عاشہ پیدا ہو جاتے کا

ما دہ زیادہ ہوتا ہے اس مرض میں جسم کے ایک یاد و نون خا
ختیاری عضلات میں غیر تنفسی حرکات پیدا ہوتی ہیں۔ چنانچہ اس مرض کا
نام ڈاکٹری میں کوئی Corica ہے کمزور پچھے اور علی الخصوص
جو پچھے بہت زیادہ فہمیں ہوتے ہیں اور مدرسہ میں بہت زیادہ محنت کر کے
اپنے کو تحکم کا دیتے ہیں اون پر اس مرض کا جلد اثر ہو جاتا ہے۔

ایتنا میں بچھتا طیوا معلوم ہوتا ہے چہرہ اور اعضا میں بے قابو دھون پر
جنبش ہوتی ہے اگر علاج وغیرہ شکیا جائے تو یہ حرکات شدیداً اور ہر وقت
ہوتے لائی ہیں بچھ کمزور اور سست ہوتا جاتا ہے

شرط میں جب علامات ظاہر ہوں تو پچھے کو ستر پر چپ چاپ لٹاویں
چاہئے۔ اور ڈاکٹر کو دکھانا چاہئے بچھ کو ہلکی اور رفتہ غذا کھلانی جائے اور
تازہ پوچھبپھوچنی رہے۔ اس مرض کے دورہ کے بعد ایک یاد و نون
تک پڑھنا وغیرہ چھڑا کر بالکل آرام کرنا چاہئے۔ گرم غسل کے بعد ٹھنڈے
پانی میں قدرتے نہ کر، ڈال کر اپنی روزانہ کرتے رہتا چاہئے

خواب میں ڈرنا

جو پچھے کمزور اور خیف ہوتے ہیں یا پڑھنے کے باوجود ان سے دبے ہوئے
ہیں اون کو اکثر وہشت ناک خواب دکھانی دیتے ہیں اور جاگ اٹھتے ہیں اور

خوف کے مارے چلانے لگتے ہیں اور نیقیہ رشب بے خوابی یا سبھی میں
گذار تھے ہیں اصل سبب اس مرض کا پدھری ہوتا ہے اور جلت کے اندر وہی
عضلات میں درم ہو کر دافنے نکل آتے ہیں جسکی وجہ سے دم گھٹتے گلتا ہے
ایسے پھونکوپاک صاف اور فرست بخش نقام میں رکھیں اور سبق وغیرہ کے
ہار سے سبکدوش اکر دیں۔ رشب میں بہت ہلکی خدا کھلانائی جائے اور شام
ہی کے وقت عقداً وینی مناسب ہے، اور قیل سوئے کے گرم غسل کر ادیباً
ٹھنڈے پانی میں ہاتھ دو کھڑے ہلاکیت سے بچے کو تسلیم ہو جاتی ہے اور دودھ
اور پانی پہنچ کو ضرور پلانا چاہئے اور شام کی بیانچا ولیٹ یا کوئی دوسرا ہمیشہ
جو پہنڈ کرے یوں بکارے۔

دردسر

دردسر کی وجہ سے الگ پر شیب میں کم سوتا ہو یا کیا کیا خوف زدہ ہو کر
چلا او ٹھنڈا ہو تو داکٹر کو دکھانتے ہیں تو قفڑ کرنا پاہے۔ جب گھبیا کا اثر
پچ کی آنکھہ اکان چکر اسعدہ پر پڑنے والا ہونا تو پہلے دردسر چنانہ ایسی ہالت میں درد
سر کے علاج کے بھائیے اور سبکے اصل سبب کے درکرنے کی تدبیر کرنی
چاہے۔

تاریک کمرہ میں آہنگریا اور سفر اُن کا ایک ڈوز پچ کو پلاں رکھا فوجا

اگر روہ کی وجہ سے درد سر ہو تو برف میں پھر کے کھنڈ کر کے سر پر پھنا
مفید ہوتا ہے

کان کا درد

درد ہو جانے کی وجہ سے کالون میں درد شدید ہوتا ہے اور بچینی
اور درد سر پھر کو لاحق ہوتا ہے۔ پھوٹے کے پھوٹ جانے اور پسیب وغیرہ
خلج بازو پر گرم سینک یا پولٹس سے یا گرم پورک لوشن Boric lotion کی پچاڑی لکھن
سے درد میں افافہ ہو جاتا ہے۔ پچاڑی سے دہون اور شک کرنے کے بعد جنہیں
قططر گلیسرین بورکس و لادنیum Glycerion کا یا بتھج میں گرم کر کر کائینٹ پیکا دینا
قامدہ وینتا ہے۔ یہم اور شہد والتے سے بھی قائدہ ہوتا ہے۔ موڑ کا پاؤں گھسل
اوگرم کر کے وال مفید ہے لیکن اگر کالون کا درد ایک دور ورز سے زائد
رہے تو اسکو فوراً بلا ناجاہے۔

نکسر

اعتدال کے ساتھ نکسر آئتے سے تردیدہ ہونا چاہئے طبیعت خود
فاسد مادہ کو خارج کرتی ہے۔ اگر کمزور چون کوز یا دتی کے ساتھ آئے
تو بالعنة اندریشہ تاک ہر زیادہ آئتے کی صورت میں چون کوپیٹھہ کے بلڈر

پیشانی اور گردن کے پیچھے برف رکھنا چاہئے۔ کو تھیر یعنی سبز دھنیا پسکر تا تو پر رکھنا لکھی مفید ہے اگر ان تدایری سے لقح نہ ہو تو ڈاکٹر کو ضرور بلانا چاہئے۔

ہائکٹھم پانوں کی جلد کا پچھتا

امثلی اور الگو ٹھوٹوں کے پچھٹنے کو روکنے کی تکشیرین تدبیر یہ ہے کہ بچہ کو سقوی عذایین مکھلائی جائیں اور تازہ ہلو امین خوب و نوش کرائی جائے۔ پان میں اوفی یا پتایہ اور ہاتھوں میں اوفی دستاڑ رہے۔ اور ملائم بجٹھ ہو۔ بوٹ کے اندر فلائلین کا استر ہو تو بہت اچھا ہے۔ دن میں دو بار ایک اونس ٹھیسٹرن ایلم *Salvia officinalis* کا تھک پاؤں کی خوبیاں کیا جائیں تمام دو بار گرم پانی سے غسل دیا جائے۔

جب جلد پچھٹا شروع ہو تو اوس کا علاج مثل بچوڑے کی کرنا چاہئے ہوا سی بچا ضرور ہے یا بوراسک مرجم *Baric* کی ڈرینگ و سوتکت کرنا چاہئے تا قیکڑ اچھا نہ ہو جائے۔ جس بچوڑے کو یہ صرف یہ تو تابے اوس کو ہلکا اور دو دھرم و سقوی عذایا اور دیگر مقویات کی ضرورت ہے۔

شیرہ یعنی کوچکیاں یا گونجھنیاں

آنکھوں کے پیوٹوں کی پھنسی کو طب میں شیرہ اور علامتہ کو جنمی کہتے ہیں اور مثل دیگر پھوڑوں کے یہی خراپی خون کی علامت ہے۔

گرم بورک لیڈنٹوشن Boric acid lotion آنکھوں کے بار آنکھوں کو نداشتکر کو جنمی اور پرندے آجائے دہوتے رہنا چاہئے۔ بعد ازاں ایک باریک سوئی سے چھید کر اور دیا کر مسودا نکال دینا چاہئے اور یعنی پھون کو جنمہ ہفتہ تک مقوی غذاء دی جائے پادام کا سخت چہلکا بھی لگانا مقید ہے۔ تیر کو تمہیر پسکر لگانا فائدہ دیتا ہے

سوئی میں زیادہ پسینہ تکلنا

ضفیوط اور تندرست پھون کو زیادہ محنت کرنے پر صرف پسینہ آتا ہے اگر دوالہ پچھ کو پسینہ زیادہ آئے تو ضھف اخصاب کی علامت ہے اور یعنی تپ دق ہو جانے کا خطرہ ہو جاتا ہے۔ بعض مکروہ پھون کو سمو ماسوٹے میں یا سمع اوٹھنے کے وقت زیادہ پسینہ آتا ہے۔ ایسے پھون کو فروٹ اکسر کو دکھنا چاہئے۔ اور پسینہ سے ترشدہ کپڑوں کو احتیاط کے ساتھ اتارتے رہنا چاہئے سوئی پارچے تو پچھا نئے ہی نہ جائیں۔ اگر اصول حفظ ان محنت کے لحاظ سے پچھ کو بساں پھتنا یا جائے یعنی صرف تین کپڑے سے اونچی ٹوپون اور اور پرسے فلاں لینا

بائیڈر ہوتے عالی زیادہ پسینہ نہ بیخا اور جو کچھ سوچا وہ جلد ابھرات بنکر فرشک
ہو جائیگا۔

شام کی غسل کے بعد تم گرم پانی میں بُرکس اور بائی کاربوئٹ آٹ سوڈا
ملائکر اپنی کرنا چاہئے۔ اگر یا تھر پاؤں میں زیادہ پسینہ آتا ہو تو نیم گرم پانی میں
ایک چمچہ ٹکرایا جائے۔ ملائکر اپنے کرنا چاہئے۔ ملائکر یا تھر پاؤں کو دہوت رہنے سے زیادہ پسینہ آن کر
جانا ہے جن بچوں کو شیب میں پسینہ آتا ہواون کو غذا اچھی دی جائے۔ اور سوئے
کے قبیل ایک پیالہ گرم دودہ کا پیدا دینا چاہئے۔

باب نهم

سترق تدر پہریں

بچہ کی نگرانی صحت۔ بچہ کو ٹیکاہ لکانا۔ بچون کے متعددی مرحلی و رحلات
و انداد۔ زہر کی شاخت اور علاج چند اتفاقی حادث۔ اتفاقی حواشیں
تیمار و ارمی۔ عمر پیونگ خسل کو مختلک طریقے۔ داکٹرمی و طبی اوزان۔ فرمت
ادویہ و داغانہ خانگی۔ بچون کی ملکی غذا لین۔

بچہ کی نگرانی صحت

بچے کی آئندہ زندگی کو کامیاب بنانے کے لئے سب سے مقدم چیز اوسکی باقاعدہ
پروپریتی ہے، اسی سے افسکے قوای جسمانی میں طاقت آتی ہے دل و دماغ میں شفافی
اور ذہن میں جودت پیدا ہوتی ہی لیکن اس سے جو قدر بے پرواہی برقراری ہے اوسکی
کچھ انتہائیں، اصرابوکہ ایک ایک بچے پر کوئی کسی آیا ہیں، اور کملائیں
رکھتے ہیں وہ اونکی تنخواہ، اور آخر احتجاجات کا بارتو اور ٹھمانے ہیں، لیکن باقاعدہ
پروپریت کی طرف توجہ نہیں کرتے مائیں جنپر باپ پر زیادہ پروپریت کا بارعامد کیا ہو اصل
وقاعد پروپریت سے واقع نہیں، اسے وہ کوئی استھان نہیں کر سکتیں اور یہی وجہ ہے
کہ نسلیں کمزور ہوتی چاہی ہیں، اور بچے عموماً مختلف اقسام کی بیماریوں میں متلا رہتے ہیں
پڑھی لکھی ماون کو لازم ہے کہ وہ ایسی کتابوں کو مطالعہ میں کریں جن میں ہوں قواعد پرج
ہوں اور اونکے مطابق پروپریت کیجاے اگر ایک نسل بھی سطح سے پروپریت پالے

تو پھر باقاعدگی کا سلسلہ جاری ہے جو ایک بیوک لیکنٹھ فور تو نہیں تین بیمکی شاعت ہے، ہر ہی ہو اور دوسری طرف باتفاقہ پروپرٹی کرنے کی وجہ میں آجیلگو اسٹائیکسٹر اس صیغہ میں ہے جیسی
بخوبی صحبت کروادہ ہوا رہ لے گی، اسی تو پھر رئے جاؤ گی ایجاد ہو کر پڑھتے ہیں لیکن اسی امیں ان
قواعدہ بیکل کر کوئی نہ دو اور اسے اپنالی۔

جب یہ پھر پارہستہ کا ہر سچا تھا، اس نامہ زیرِ نسبت ایسا ہمکر ہے پھر کام ایسا جاؤ ہے یہ تو کہ اونچو
پاؤں پر ٹھاکت اک وقت پڑھا۔ سے مرا بستہ کرنے کا سادی نبی بعض لوگوں میں نہ ہوں کے
پانانے کی احتیاط نہیں ہوتی اور کشاخت و کند کی بھیل ہتھی ہر چور اکثر اوقات خطرناک
ہو جاتی ہے اسکے لئے میں ایسی کوٹ میں اتر کام کیلے رہتے ہیں بیرون پڑھ اصل بخاہ ہوا ہوا اور اون میں
کھاس پیوس کھا رہی ہی احتیاط نہیں چاہتا اس بیان آبست زیادہ شریا کرم پائی تو یہاں جاتا
کیونکہ کچھ کا ناکر سبھم زیادہ شرسی یا کرمی کا تمہیں کر سکتا قضاہی حاصل تھا غرتہ کے بعد
بچھ کا موہنہ پیشے پڑا کیا جائی مسروؤں اور زبان پر گلیسیرین انکا کردہ وال سے
پونچھی یا جاپکھر و دھ پلایا جا کر خواہ مان اپناد و ود پلا کر یا اگر شیشی سے پلایا جاتا ہو تو شیشی سے
پلائی یا جو اور صنوعی غذا تجویز کئی ہوتیا کر کے دے۔ اگر آیا ایک ہی ہو تو مان کو یا کسی دس
شخص کو ان کا ہون میں مدد دینی چاہئے اگر غسل کرنا ہا تو یہ کلر لینا چاہئے کہ اس کو پہنچنے تو
نہیں آیا کیونکہ پسینہ کی حالت میں یا پسینہ تخلیک کے بعد ہی فوراً غسل میں چل دی نہیں
کرنی چاہئے جب وہ اچھی طرح خشک ہجتا اور تو لیکے کھوب پونچھ لیا جائی اور وقت غسل کرنا چاہئے
ہندوستان میں دریا خصوصی دن مقامات میں جو بہت زیادہ کرم میں گزریا ہے گرم کر پڑن میں جلوہ ہوں

تو اکثر پھون کو شہ میں پسند کرتا ہے۔ ممکن سراہیں وہی یا گیارہ بج اور گرامیں ویچے
 دن کو غسل کرایا جا کر رات کو غسل کیا رہتے ہیں مسلمانوں سے اور باہر کی سفری کو محفوظ کرتا ہے لیکن
 ایک سال سے کم عمر کے بچے کو ایسے غسل کی ضرورت نہیں۔ اور اس امر کی ضرورت کو ہر سوسمین روزانہ
 غسل یا جائیداد کیلئے لوگوں کو بچہ جانکی یہاں برلن میں بغیر فرم ہے یا متعال نہیں کیونکہ غسل کی
 سفری کو تھل نہیں ہوتی جو بچوں پر سفر کی اڑاٹ بلدہ ہے تاہے اور بچہوں غسل کی بارہ بج کو ہو کہ سفر
 پستے ہیں برلن میں کوچہ قدر متعال کرایتے ہیں اور سفری کا اثر سے حفاظت ہتی ہے لگر جو نکس سلمانی
 جو لوگ ہو کرو جو سبکتی ہے متعال نہیں کر سکے۔ اہذا بچوں کو روزانہ غسل پیکے احتمال لٹھا جائے ہے۔
 اسکا خیال رکھ کر سفر ہو اوناں لگوں پاے کیونکہ کوئی بارہ بج نہیں رکھتی ہے اور سفری لگنے کا اڑاٹ قبل
 کرتی ہے یا گرم پانی میں افسخ بھلوکی کو کچھ جسم پر چھا جائے یا ان تجوہ جو تک مقامات سحرارت کے مطابق گرم
 ہوں اپنے چھا بھوں اپنی قسم کا ہو او کہنے نگیں خوشبو نہیں ہوں بلکہ اپنے خوشبو نہیں ہوں تو فراہم کر سماں ہوں کہ بھلوکو
 چھپا نہ ہو ماہو ان سو جملیں سو زیش جھوس ہوتی ہے پوچھنے یا سوال کر لیجہ فوراً پسے کا جسم ہی طرح
 فرم تو لیکر کو پوچھکر کوئی چیز کا پوڑا لیوں، چڑوں اور چوروں میں لگانا پچھے اگر بچے کو دیں میں یا
 تھلا کیا جا کر تو تمام بدن میں صابوں لئے کی ضرورت نہیں بچے کو تھہ سپریں کرنا خن کا نہیں اسکا
 خیال رکھ کر سچے کہیں کیونکہ بھویں کا ٹھہر کو نکل لیتے ہو رائیہ بچوں کا کانوں کا بست خیال دھکتا
 رکھنا چاہئے، اولیا کان بعد کو ہمیشہ کیا رہ جو مہارہ نہیں، یا سخت یا نکلا ہوا ہے نہیں یا وہ پریش
 چیزیں سال تک ان کی دیکھیں اس پر محصر ہوتے ہیں بچوں کا کان ہرگز نہیں کر دیا جائے، اگر
 اوبھر ہو سکے معلوم ہوں تب میں کوئی پسکرات کو دیکھ لے ٹھیک ہوں پسکر کر ہونے پر لکھاں پر کوئی نہیں ہو

معلوم ہوں تو سبستہ آئتی نیچے دبائے جائیں اور مکار تھے کنٹوپ جسی ستمال کیا جائے جبکہ چوتھا ہو تو روز او سکا سرہ جو ناچاہت میں بیال اور قدر پڑھ جائیں کہ وہ نے کے بعد (خیر) رہ جانے کی وجہ سے اس تحریک نزد کاندیشہ ہو تو ہمیشہ سرکمال مندرجہ یت پہنچیں۔ مندرجہ ذیلت بال لخت ہوتے ہیں اور اون میں لمبے ہونے کی قوت بولی ہے اور سیاہ رنگ پکارتے ہیں الایسا نظورہ ہو تو کرت دیے جائیں یعنی کو ماہر لیجانے سے پیشتر آیا کو چاہتے کہ تمام لکھر کیا کہ جلدی اور گدھ، پلٹن، چادر، کمل، سوم جامد وغیرہ، ہو پیرن، البتہ خالی شیشی، اور چوتھی کو صاف پانی میں جس میں ٹکلی بھر ساگہ ملا ہو دالیتا چاہئے، ہندوستان کے بیشتر حصوں میں نیچے کو ساڑتے چھڑ اور ساتھی کے درمیان، باہر کے جانا چاہتے، اس درمیان میں مان کو یا اگر کوئی دوڑنا آیا ہو، تو اوس کو چاہئے کہ آٹھ ساڑتے آٹھ نیچے تک نیچے کے ان دوڑ کی شیشی تیار کر کر کے،

اوپر کے دو دھر پر ایجھی طرح پرورش کرنے کے لئے بڑی ضرورت اس بات کی ہے کہ خدا محتول طریقہ سے دی جائے، اس کے لئے مناسب وضع کی دو دھر کی شیشی انتخاب کرنی چاہتے ہیں، شیشی اس قطع کی ہو جو جلد اور آسانی کے ساتھ نوب صاف ہو سکے ایمسس (موجہ) تام ہے، اس کی دو دھر کی شیشی میں صرف یہی خوبیاں نہیں ہیں بلکہ وہ نہایت

مختبوط اور پائدار ہوتی ہے، اور اس میں بچوں کی مختلف عکسون کے مناسب خودا کون کے فرشان ہے ہوتے ہیں ہر خوراک کے بعد فوراً کشیشی اور چوپنی کو اچھی طرح برش سے دھوکر ٹھنڈے پانی میں جس میں سماگہ ملا ہو، والدینا چاہئے، کس نماون کو دو شیشیاں استعمال کرنے میں زیادہ آسانی ہوگی، کیوں کہ اون میں سے ایک جب تک پانی میں رہیگی، دوسری استعمال کی جائیگی دو دھر کی شیشیوں کی صفائی کا خیال نہ رکھنے سے اسہال اور سخت بیماریاں پیدا ہوتی ہیں۔

بچوں کو اوپر کے دو دھر پر پرورش کرنے میں مفصلہ فیل تو اعد کی پایی لازمی ہے۔

(۱) جس وقت دو دھر ختم ہو جائے فوراً کشیشی علیحدہ کر دینی چاہئے
 (۲) اگر بچہ پوری مقدار پینے سے انکار کرے تو فوراً کشیشی مکالم لینی چاہئے
 آیا وہ اور ناتحریر کار ماون کو ضرورت سے زیادہ بچوں کو کھلانے پلاتے کی لٹ ہوتی ہے۔ اس قلطی سے باز رہنا چاہئے

(۳) اگر بچے کے پینے کے بعد کشیشی میں دو دھر بچے جائے تو فوراً اس کو پہنک دیا جائے اور دوبارہ گرم کر کے ہرگز نہ دیا جائے
 جب آٹھ ساڑیے آٹھ بجے صح کو بچہ ہوا خوری کر کے واپس آئے تو اس کو پھر دو دھر پلانا چاہئے صح کی خوراک کے بعد، بچے کو تقویری دیر

رائع بیت کے لئے پیر دن یا چوکی پر بٹھایا جائے، اگر بچہ اپنے بیان نہیں
بے ہمیں کام نہ مار کرے تو اس کو کھوئے نہ یا تھویر و نت اگر بیل کے تو
بجلایا جاسوں،

کیا، ہیا رہ بجے کے بعد بچے کے کپڑے بالکل اتار دین، اور
اسکو ایک کمرے میں انڈھیرا کر کے دو تین گھنٹے سلا میں، اگر ممکن ہو تو
کم از کم چاہ سال کی عمر تک یہی عمل کیا جائے تو غمیدہ ہو گا، جب بچہ سو کر
آئے تو اوسے کپڑے پھنا کر غذا دینی چاہئے، اوس کے بعد ساڑھے چار
اونچھے کے درمیان پھر غذا دینی چاہئے اگر بچہ باہر جائے کے قابل ہو
گھنٹہ بھر کے لئے کپڑے پھنا کر سیر کو لے جائیں۔ پھر شام کو سات بجے
سلا میں سے پیشتر بچے کو غذا دین،

ہر ہی ماہین جو ملا سوچے سمجھے پورا وہیں لیڈریز کی تقلید کرتی ہیں۔ یا شکلولدن
ماہین غلطی سے سمجھتی ہیں کہ انگلستان کی طرح ہندوستان میں بھی بچوں کو
سویرے سے سلا دیا چاہئے وہ غلطی کرتی ہیں کیون کہ دن کو دو تین گھنٹے
سوئے کے بعد رات کو زیادہ سونے کی ضرورت نہیں رہتی ہے۔

ہندوستان کے اکثر مقامات میں بچے کو موسم کی وجہ سے پانچ بجے
شام سے پیشتر باہر نہیں بھیجا جا سکتا۔ جتنی بچے کی عمر ہر ہتھی جائے اتنا ہی
باہر نہیں چاہئے، اندازہ ساڑھے چھ سات بجے شام تک موسم کے حوالے

بازہر ہے، پچھے کوٹلائی سے پہلے دیکھ لینا چاہئے کہ بیشتر، چادر وغیرہ
یہ چینز ہون خشک میں یا نہیں، پچھر ہون سے محفوظ رکھنے کے لئے کسی ہلکی
پچھر دافی کے اندر سلانا چاہئے ڈریکٹر شاپ Driektr shape کی پچھر دافی جو یہ اپر
جالی منڈھکر بنانی جاتی ہے، پچھے کے لئے نہایت موڑوں ہے، اکیون کہ
اُس نیت پھر نہیں کھس سکتے، اور ہوا بھی کافی آتی ہے۔

پچھے کہتا زہ ہوا، اور ورزش کی بڑی ضرورت ہے ہندوستانی
بیشتر مقامات میں دو سہفتہ کے پچھے کو پھنا اوڑھا کر باہر بھیجنے میں کوئی
ہرج نہیں آیا کو اونھر اونھر میکر گیئیں نہیں اور اننا چاہئے، بلکہ پچھے کو لیکر
پھرنا چاہئے اکیون کہ جسم کی حرکت اوس کے لئے کافی ورزش ہے۔
کھریں بھی جب بچھ جاتا ہو تو گود میں لیکر اونھر اونھر تھلانا چاہئے۔ اور کبھی
ایک طرف کبھی دوسری طرف گود میں لینا چاہئے، کیون کہ آہستہ آہستہ
ہلانا جلانا پچھے کی جہاتی اور اندر ورنی اعضا کی صحت کے لئے مفید ہے۔
پچھے کو جس قدر جلد ملکن ہوتا کہ سانس لینے کی تسلیم
دی جائے اُس کو جانشک ہو سکے موڑھ پندر کے ساتھ لین سکتا یا جائے
پچھے کو باہر دھوپ سے پکایا جائے اور جبکہ وہ فراہٹ اچو جائے تو ہاتھ
موسم سرما میں دھوپ کے وقت یعنی سپتامبر کے پہنچ کی ٹوپی پہنا کر یا چھاتا لگا کہ

بیچھا جائے۔

مان کو اس امر کا علم ہونا چاہئے کہ آیا کھان کھان پچے کو لے جاتی ہے، اور اس کے متعلق جو جو ہر بیتین کی گئی ہیں، اوس پر عمل کرتی ہے یا نہیں، اس کا خیال ہے کہ آیا ہرگز پچے کو بازاری شھائی نہ دینے پائے، اس لئے اس عمو ما حلوا فی نہایت گنگی سے بناتے ہیں علاوہ برین اجزا بھی بہت قابل ہوتے ہیں۔

مان کو چاہتے کہ آیا کو صاف رہتے، روز نہایت، اور اُجھے کچھ پھنسنے کی تکید کرتی رہے۔

پچے کی عنود پر داشت ہیں پابندی ایک نہایت ضروری شے ہے ہر روز کے دستور العمل کی پابندی بالکل گھری کی طرح کرنی چاہئے، تاکہ پچے پابند و قابض ہو جائے اس کو ہر روز اوقات معینہ پر فدا دینی، نخلانا، اور صبح و شام سلاما چاہئے، جس سے کم ستری ہی میٹھا ان اوقات کا عادی ہو جائیگا، اور یہ پابندی بعد کو اسکی صحت اور فلاح کیلئے مفید ہو گی، چنانچہ تو دشمنی کی ہمیں اگر اچھی طرح یہ عادت ڈالی جائے تو پچھا اپنے اوقات پر کام کرنے کا عادی ہو جاتا ہے، پھر تر وہ خراب نہیں ہونے پاتا، لیکن میں بیمار رہتے کے دو سبب ہو اکرتے ہیں، بعض اور سماں، بعض کی شکایت اکثر اعضا ہضم کی خرابی اور بعض اوقات ٹھیک وقت پر فدا نہ دینے سے پیدا ہوتی ہے۔

جب بچہ پیروں چلنے لگے تو اوسکو دیر تک کھڑا رکھنے سے روکنا
 چاہئے اور اپنا نہیں چینوں میا چاہئے کہ وہ تحفہ جائے، اگر اوس کی
 مرضی پر چھڈ دیا جائے تو وہ تھوڑی دیر کھڑا رہے گا، پھر جب تک
 جایا گا تو خود بیٹھ کر کھینچ لے گا۔ بچے کو چلانے کی کوشش نہیں کرنی چاہئے
 وہ خود خود چلانا سیکھ جائیگا، حرف اوسکے دیکھے بھال کی ضرورت ہے
 پیروں میں پوری طاقت آئے سے پیشتر کھڑا رہنے یا چلنے سے اونچی
 پکھڑم پیدا ہو جاتا ہے بچے کو باہر کھلی ہوا میں مختلف طریقوں کیلانا شروع
 پسند دیر تو پیروں چلنے دیا جائے، باقی زیادہ تر گاڑی پر پہننا چاہئے
 بچے کو کوئی بھاری چیز ہرگز نہیں اوٹھانے دیجی جائے، جب وہ انگلی پر کر
 پل رہا ہو تو اس کا خیال رہے کہ اس کا ہاتھ شانہ سے نہ کھینچ پاسے اور
 پچار سو اوسکو صرف دوسرے آدمی کے سارے کی ضرورت ہے بچے
 شانہ کو پکھڑ کر نہیں اوٹھانا چاہئے، بلکہ بغلوں میں ہاتھ دال کر آہستہ سے
 اوٹھانا چاہئے، دایہ کو چاہئے کہ بچے کو کبھی داہنی جانب کبھی باہنی نہیں
 گود میں لیا کرے۔ بچہ جب کتنی سارے سے کھڑا ہونے لگے تو اسے
 خیال سے کہ وہ آسانی سے کھڑا ہو اور گرتے وغیرہ کا بھی اندیشہ نہ بنتے
 کیون کہ جب بچہ پھلے پھلے کھڑا ہونا سیکھتے ہیں تو اونکو چلنے پھرنے کی بھتی
 ہوتی ہو اور اس یا آیا اوس کے سنبھالنے کی وجہ سے بیکار ہو کر لپا کا فتح

ہمین کر سکتی، اسکے پچے کے کمرے میں ایک لٹیرہ ایسا رکھتا چاہتے کہ
بچہ اُس کو پکڑ کے کھڑا رہتے، اور وہ چار قدم اُس کو پکڑ پڑ کے چلتا رہے
اور اُس کے حافظوں کے کام کے اوقات میں فرق بھی نہ آئے یا کیا لیا
لٹیرہ بنایا جاتے کہ اوسکو پکڑ کر مہین چلتا تو وہ ہر دن تریخ سے باہم کیا رہتا۔

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

لیکھا ہے کی جیچک کے مادہ سے لگایا جاتا ہے۔ گاے کے تھنون میں ایک خاص مرض ہوتا ہے جسکو کاؤپاکس (گاے کی جیچک) کہتے ہیں شروع شروع میں جب یہ دیکھا گیا کہ جو آدمی بیمار گاٹے کا دودھ دوئے تو وہ جیچک میں بتلانہیں ہوتا تو ذاکر جنیر (membrane) کا خیال معاً اس طرف منتقل ہوا کہ اگر انسان کے جسم میں یہ مادہ گاے کے تھن سے نکال کر واصل کیا جائے تو وہ جیچک سے محفوظ رہ سکتا ہے۔ غور کر لیتے یہ بات معلوم ہوئی کہ گاۓ کی جیچک آدمی کی جیچک کے باخل بیکس ہوتی ہے۔

اگر کائے کی چھپک کامواد آدمی کے جسم میں داخل کیا جائے تو اندھے
حالت میں تغیر ہونے کی وجہ سے چھپک کے، جراحت مصنوع ہو جاتے ہیں
یہ ثابت ہوا ہے کہ کسی حالت میں ٹیک کا اثر ہم رہنہیں رہتا۔ لیکن
اگر دوبارہ ٹیک لگوا لیں جسا سے تو عمر بھر چھپک نہیں نکلتی اور اگر اتفاق سے

تلک بھی آسے کو بہت خفیت نکلتی ہے انگلستان اور دیگر ممالک یوپیں
اس مرغ کا اس قدر والنداد ہو گیا ہے کہ شکل سے کوئی ایسا شخص نظر
آیا گا جس کے بدن پر چیپک کے داغ ہوں۔

ہندوستان اور مشرقی ممالک میں جہاں ٹیک کار واج نہیں ہے۔
اس مرغ میں کثرت سے لوگ ضائع ہوتے اور بے شمار آدمی چیپک کے
داغوں سے بد شکل ہو جاتے ہیں چیپک کی بیعت کامیابی سے دوسرے
شخص میں سراہی کرتی کا مقابلہ انگلستان کے ہندوستان میں زیادہ
اندیشہ ہے۔ لہذا ہر ہندوستانی ماں کو چاہئے کہ اس موذی مرغ کے
اپنے بچہ کی حفاظت کا محقق انتظام رکھے ٹیک لگانے کا طریقہ بہت سالی
اگر ہوشیاری سے لگایا جائے اور بچہ کی ماں اور آیا صفائی اور دیکھ بھال
رکھیں تو کسی قسم کی خرابی کا اندازہ نہیں ہے اور یون تو کچھ نہ کچھ بچہ کی بیعت
حضر و بذریعہ ہو جایا کرتی ہے جس سے ماں کو ایک گونہ تشویش پیدا
ہوتی ہے لیکن یہ شکایت عارضی ہوتی ہے۔

ٹیک لگانے کا مناسبہ پرانا حالات مختلف ہوا کرتا ہے۔ لیکن عموماً چہ نہ
پیکر تین ماہ کی عمر تک صدر لگوں یا جانا چاہئے۔

اگر بچہ تدرست ہو تو حتی الامکان جلد ٹیک لگوادیا جائے لیکن ہوسٹی
بیمارش کی ہو اچنے کا زمانہ غیر موزون ہے۔ کیون کہ اس زمانہ میں ٹیکیتے

انسان پوچھنے کا اندیشہ ہے۔

ٹیکے لگنے کے بعد کسی ناص احتیاط کی ضرورت نہیں۔ البتہ اس کا خیال رکھنا چاہتے کہ جس بجھے ٹیکے اگا ہے وہ مقام چلنے کے باعثے اور گرد و خیار سے محظوظ رہتے گئی چیزوں کیس ہونے سے خون میں زہر پیدا ہو جاتا ہے جس سے اکثر بچپنے صائم ہو جاتے ہیں۔ ٹیکے لگنے کے وہ روز وہ مقام کچھہ اور بھر آتا ہے۔ پانچویں روز اوس جگہ گول آبائی سے نمودار ہوتے ہیں جو اور بھر جو گوا اور زینج میں دبے ہوئے ہوتے ہیں۔ آٹھویں روز آبلوں میں شفاف چیپ بھر آتی ہے اور یہ موئی کی طرح جعلکن لگتے ہیں۔ آٹھویں روز سے دسویں روز تک ہر آبلے کے گرد ایک سرخ سا حلقة پیدا ہو جاتا ہے دسویں روز بشدیکہ اس دریان میں کافی خرابی و اتفاق نہ ہوئی ہو تو ورم تخلیل ہوتا شروع ہوتا ہے، آبلوں کا رنگ بھورا ہو جاتا ہے اور اون پر پڑیاں جنم جاتی ہیں، اکیسویں روز کفرنڈ چھڑ کرہ ہان ہمیشہ کے لئے داعر رہ جاتا ہے۔ اگر ٹیکے لگوانے کے بعد مذکورہ بالا علامات پیدا نہ ہوں یا آبلے پانچ روز سے قبل پیدا ہو جائیں، اور سرخ حلقت نمودار نہ ہوں تو دوبارہ ٹیکے لگوانا پہاہنے۔

ٹیکے کے بعد پچ کی تعداد میں بہت احتیاط کی ضرورت ہے ٹیکے لگنے کے

بچے کے بازو کو ہر قسم کی رکڑ سے محفوظ رکھنا چاہئے کرتے دغیرہ کشتنیں
ڈیسیلی رکسی جائیں، اسکی آسان تر کیب یہ ہے کہ آستینیوں کی سیون
کھو لکر اون میں فیٹے ٹانک دئے جائیں تاکہ جتنی چاہیں آستینیوں پولیں
رکھیں ان مقامات کی سوزش دور کرنے کے لئے سفون اکٹہ
آٹ زنک *Boric acid* اور پور کاربید *oxide of zinc*

ہموزن بہت مفید ہے۔

اگر زیادہ رکڑ لگ گئی ہو، اور رکڑ کے ملنے میں وقت ہو تو
فوراً اوس مقام پر باریک ملٹ کے ٹکڑے رکھ کر باندھ دینا چاہئے
اور مقطر پانی میں پور کاربید *Boric acid* ملا کر اوس پر
ٹپکاتے رہنا چاہئے۔

اگر ٹیکر کے مقامات میں ہوش نی یا دہونے کی وجہ سے بچہ کو سخت بلکیپ ہو تو اس
بلکہ کو گرم پانی سے دہونا چاہئے، لیکن بجالت جھوڑی ایسا کیا جائے کیونکہ کہتے
اہمیت کرنی چاہئے، ورنہ آبلوں کے سرے نرم ہو جائیں گے اور عرصہ میں خشک ہو گے
یورپ میں بچوں کے ٹیکر لگانے میں گاہے کے بچے کی چمک کا مادہ
استعمال کیا جاتا ہے ہندوستان میں بھی اگرچہ اسی کاررواج ہے لیکن بھیقت
انسان کو بچے کا مادہ کام میں لایا جاتا ہے، لیکن انسانی مادہ کام میں
لات وقت نہایت تحقیقات کی ضرورت ہے، بچہ تدرست ہو، موروثی

امراض کا مادہ اوس کے خون میں نہ ہو اس لئے اب یہ رواج ہو گیا ہے کہ ہر انگریزی شفا خانوں میں یہ مادہ تیار رہتا ہے جس کو تازہ کرنے کے واسطے گائے کے بچے کو ٹیک کا یا جاتا ہے، اور پھر اس کے مادہ سے انسانوں کے لکھا یا جاتا ہے مان کو واضح رہے کہ در اصل خود رت قدرست بچے کے مادہ کی ہے خواہ وہ بچہ یورپ میں ہو یا ہندوستانی، جس کسی ڈاکٹر کو اس کام کے لئے مشغول کیا جائے اُسکی واقفیت اور ہوشیاری پر بھروسہ کرنا چاہئے، لیکن کہ اگر وہ جان کر کسی بیمار بیٹھے کا مادہ استعمال کرے لیا کرتے کی صلاح دیکھا تو خود اُس کی بذاتی اور اخلاقیت میں بے مان کو حسرن اتنی حسی طاقت چاہئے کہ جس بچہ کا مادہ بتھیز کیا جائے اس کے پہنچ حالات ختم کرے، اور یہ بھی علوم کرے کہ ڈاکٹر کو اُسکی اطلاع بتے یا نہیں

بچوں کے متعددی امراض اور علاج اسے انسداد

متعددی امراض کی نسبت جدید تحقیقات معلوم ہوا ہے کہ ایسے امراض کے باعث نہایت ہی بچوں کے جرم ہوتے ہیں۔ یہ جرم جسم استین میں استے بچوں کے ہوتے ہیں کہ ایک تینی مانی کراس کوپ یعنی خرد بین کی حد کے

بتیر دھلائی نہیں دیتے

نکشن Defection کے معنی ایک تقریب کے ذریعے

دوسرے تنفس کو کسی مرض کا لگتا ہے

هر مرض کے خاص جرم ہوتے ہیں جو خاص وہی مرض پیدا کر دیں
 شلگاٹ پتھر اسماںی (Thaumic fever) ^{جس کو حراشیم ہوتا چشمہ اسماںی لاحق}
 ہوگی۔ ہر قسم کے جرم سے بعدہ اس طرح کے جرم پیدا ہو کر بڑھاتے ہیں
 چنانچہ بخار کے ایک جرم سے چوبیس گھنٹے میں ^{کوئی} شرہ ہزار یا اس سے
 بھی زیادہ جراثیم پیدا ہوتے ہیں خون اور جسم کے عضلات میں اون
 جراثیم کے پروٹن پانے سے مختلف تعدادی امراض کی علامات نہیں
 ہوتی ہیں۔ بیماری کے جراثیم جسم سے بعض اوقات سائنس یا جلدی پایا جائے
 ذریعہ سے خارج ہو کر پا توپراہ راست دوسرے اشخاص میں سرایت
 کر جاتے ہیں یا ہوا پانی کی طرف کے ذریعہ سے جسم میں داخل ہو جائیں
 میں کہتے اور لیے ہی پا تو جلاور بھی یہ امراض پھیلاتے ہیں لکھی بھی تعدادی
 امراض پھیلانے کا بڑا ذریعہ ہے

جب ہوا غذا پانی کے ذریعہ سے جسم میں کسی مرض کے جراثیم
 داخل ہو جاتے ہیں تو اوسکے موافق اسیاں موجود ہوتے گئی صورت میں
 یہ جراثیم جلد نشوونا پاکر خون اور دیگر اجزا اور ریقوں میں خراہی پیدا کر دیں
 جس سے وہ مرض کے جسکے جراثیم ہیں لاحق ہو جاتا ہے اور رفتہ
 رفتہ اون کا اندر چلا ہر ہوتے لگتا ہے یعنی مرض کی علامات نہیں

ہوتی ہیں اس لئے ان چیزوں میں بہت احتیاط کی ضرورت ہے پوچن کے جسم میں زیادی کچھ راشم دمایاںی اور وودھ کے فرایح سے داخل ہوتے ہیں۔ دودھ کے ذریعہ سے اس قسم کے امراض پیدا ہوتے ہیں مثلاً خاق و بائی، تپ محرقة اسماں، ماڈل سل کے واسطے اور الائ بخار (حمی قرض)۔

مختصر کہ اگر خانہ کا اعلیٰ علاج نہ ہو تو اس کا علاج نہ ہو۔

(۱) اول زمانہ انتباہت مریض Incubation Phase: جسم میں کسی صرفی کچھ راشم کے داخل ہونے کے بعد علامات مریض ظاہر ہوں تک کی مدت۔ اس زمانہ میں ایک عجیب یعنی اور کسل ہوتا ہے لیکن بعض اوقات صرف کوئی غلامات نہ ہو اور نہیں ہوتیں۔

(۲) شانست مریض کا زمانہ جیسا کچھ زیکر یا ٹین اتوٹین Invesion: کہتے ہیں اس میں جراشیم کی تعداد اور اثرات پڑھانے سے جسم میں بہت پیدا ہو جاتی ہے۔ اس درجہ کے شروع ہونے سے پہلی تر خیافت لڑھ معلوم ہوتا ہے اور حرارت (ٹپپر پچھرا ہٹھ جاتی ہے) یہ درجہ مریض کے اعتبار سے دنوں یا ہفتوں کی معین مدت تک رہتا ہے۔

زمانہ انتطااط مریض Defervescence: اس زمانہ میں ٹپپر پچھر اعتدال پر آ جاتا ہے ایسا افاقت یا کیا یک ہو سکتا ہے لیکن عموماً

بند ریج ہوتا ہے اس زمانہ میں مرض کے عواد کرنے اور پچیدگیاں فاقع
ہو جانے کی احتیاط ضروری ہے

بچوں کے عام مشدی امراض مشلاخشک کھانی اور کسر
اور لال بخار بچوں کی بیماریاں بھی جاتی ہیں

گرم ملکوں میں اول تو اس سم کی کوئی بیماری ایسی خطرناک نہیں ہوتی کہ
وہ بائی صورت اختیار کرتے تاہم بہت تکلیف ہوتی ہے اور اکثر بچے مبالغ
ہوتے ہیں اپلکہ بیضن بیماریوں میں بوڑھے بھی بتلا ہو جاتے ہیں
اشتداد مرض کی سیعاد معلوم ہو جانے سے اکثر مان کی پریشانی کم
ہو جاتی ہے مندرجہ ذیل نقشہ سے زمانہ حضانت بچہ میں کسی مرض کے
سرایت کرنے کی درت اور امراض ذیل کے متعلق دیگر ضروری باتیں معلوم
ہو سکتی ہیں۔

مرض	زمانہ حضانت بیضن مجبوتوں علاءۃ ذیل کے اندراں کی بڑی	مرض کے اختتام کی درت	زمانہ حضانت بیضن مجبوتوں علاءۃ ذیل کے اندراں کی بڑی
کالی کھانی (حالی)	۱۲ دن کے اندر	۶ سے ۱۲ دن	بیضن کے شروع ہونے کے قریب
لال بخار (جی خرز)	۳ دن کے اندر	۱ سے ۶ دن	چینی جوہر ہونے کے قریب
کھٹک	۳ دن کے اندر	۱ سے ۱۲ دن	بیضن کے شروع ہونے کے قریب
ٹیکڑا	۱۰ دن کے اندر	۳ سے ۳۰ دن	چینک اسال ہونے کے قریب
کلسوا	۱۰ دن کے اندر	۱۰ سے ۲۵ دن	آغاز مرض
دباری خناق	۲ دن کے اندر	۲ سے ۵ دن	چھلی کے نکل چانس کے بعد
ڈاکٹر چھپنی	۱۰ دن کے اندر	۱۰ سے ۲۵ دن	ڈاکٹر چھپنی کے بعد
چچپک	۱۰ دن کے اندر	۱ سے ۱۰ دن	چچپک

چون کے متعدد امراض کی علامات

جب داکٹر وغیرہ کے طبق میں دلت ہو تو ایسی صورت میں ہان کو امر ارض
مندرجہ میں سکی ارض کی تحقیق کرو۔ بافت کرنے میں ڈیل کے لفظ سے ہبھتی ہیں

امراض	علامات میں	سبمار
کالی کھانہ	دکام جیکے بین آنکھوں پر اسٹو	۱۰۔ شدید نشانہ، با
بھر آتا۔ راریہ۔ کیا اڑی	بھر آتا۔ راریہ۔ کیا اڑی	۱۱۔ سندھ نیلا داد
لال بجا۔ سرث منج	لال بجا۔ سرث منج	۱۲۔ ۱۵ دن
کھسرا	چونکے چیوگے سرخ دلخواہ، بنا کوہنگرہ، باہمگرہ کائٹے کے نشانات میں ماننے مبتلا رہنے میں	۱۳۔ ۲۲ دن
جایجا۔ سرث درج	جایجا۔ سرث درج	۱۴۔ ۲۰ دن
گلسوں	دوسرست تیرے، ہن	۱۵۔ حرارت، حلن میں چپڑے
حربی تھرہ	چونکے چھوٹے ٹلابی زنکے دلخواہ، بارگواد، بارچویں بدر کاری کی شکل کے ہو جاتے ہیں	۱۶۔ ۲۰ دن
چکپ	چونکے چھوٹے سرخ دلخواہ، بجا، سکتیہ، ریز ایڈیں بھر تھر کر پڑو دلخواہ ہو جاتے ہیں	۱۷۔ ۲۰ دن
ٹانک	چپڑے، رفتہ، شیخے ہوتا جاتے ہے اگر ایک دم سچے خاص کوہیں (برج امداد) ہو جاتا ہے۔	۱۸۔ ایک ماہ

تعدی اصر ارض کا اللہ اد

(۱) کسی گھر میں چمک - بیضہ - دبائی خاک - کھسرا، تپا چڑھے سالی
یا لال بخار اٹو دار ہو تو پھلے اوسکو پہنچنے سے روکنے کی تبلیغ سوچنی چاہئیں،
اور وہ تہ اپیر یہ ہیں

(۲) مریض کی بلا توقف اگر ملن ہو تو دوسری چمکیاں سب سے علیحدہ رکھا جائے
اوہ داد کے کمرہ کے دروازہ پر ایک چادر دافع عقوبت دو امین تر کر کے
لٹکا دی جائے

(۳) جس کرہ میں مریض گور کھیجن وہ ہوادار ہو پھاڑی اضلاع میں اگر
ملن ہو تو کمرہ الیسا تنخیل کیا جائے جس میں آتشدان ہو۔

(۴) تمام غیر ضروری سامان اور ایسی اشیا جس میں گرد و غیبار یہ تعددی
مرض کے جذبہ پر دریش پا کتے ہوں ہٹا دینا چاہئے۔

(۵) سووی دایہ یا آتا اور اوس شخص کے جو ایسے مرض میں مبتلا ہو چکا ہو، اور
کسی کو مریض کے کرہ میں جانے کی اجازت نہ دی جائے
مکان کی ہمراں - حمام - نایاک پانی اور فضلات کے جمع ہوتے کے
تمام مقامات کی دیکھ بھال رکھی جائے اور معقول صفائی کا انتظام کیا
جاسائے۔

(۶) سوچ کنوئیں اور تمام پانی کے برتن صاف و رکھنے چاہئیں۔

ساف اور خوش ذائقہ پانی میں بھی اکثر زہر میلے اجزا، شامل ہوتے ہیں
اسلئے اسکا استظام کرنا چاہتے کہیں اور پکانے کے تصرف کا پانی استھان
پہلے جوش کر لیا جائے

(۱) اون پکن کو جگ کا مکان این کوئی نفع تی صرف پیدا ہو مردی سے یا
دوسرے گھر میں چھین جانا چاہتے

(۲) جو لوگ لال بخار میں متلا رکھ رہتے ہیں یہوں انکو چاہتے کہ جیکی کئی
بار نہایں اور وہ انہوں کی بیوسی نہ جھٹ جائے کسی سے نہ ملیں۔
(۳) جب کوئی شخص بخار میں انتقال کر جاتا ہے تو اوسکی لفڑ کے
ذریعہ سے وہ مرض اور اشخاص کو لگ سکتا ہے، اسلئے نعش کو فوراً
علیحدہ رکھتا اور حتی الامکان جلد دفن کر دینا چاہتے

(۴) مریض کے کمرہ میں تازہ ہوا کی آمد و رفت۔ روشنی اور صفائی سے
بہتر کوئی شے نہیں۔ عطر کے استعمال سے کوئی فائدہ نہیں

(۵) تمام غیر ضروری سامان مثلاً قالین، پروے۔ تصویب وغیرہ کرہتے
نکال دیا جائے ہر شے کو فرسیرہ سے کمرہ میں رکھا جائے۔ اگر کمرہ بے
علیحدہ نہ ہو تو اسکے دروازہ پر ایک سوتی چادر لٹکاوی جائے اور روزا کو
تین چار بار کا ندیز فلیوڈ Condys fluid یا کار بولک لوشن
Carbolic lotion سے خوب تر کیا جائے۔

(۱۴) مریض کے اوگاہوں میں کاٹنے فلپیوڑ والی چاہئے چوپار پرے
بلطور رومال کے استعمال کئے جائیں، اگر اوپرے جلاسنے کے لئے آنک کا تفاہم
نہ ہو تو کسی کشادہ درنے میں دافع العقوبات عرق رکھا جاسئے اور اوسی میں یہ پارچے
ڈال دئے جائیں۔

(۱۵) دافع العقوبات عرق میں زہر ہوتا ہے۔ اسکے اسکی بوجی دو ایک
شیشیوں کے ساتھ نہ رکھی جائیں بلکہ علاج کسی چبیدہ رکھی جائیں۔

(۱۶) جس قدر فضلات مریض کے جسم سے خارج ہوں اونکو حتی الامان
جلد پھکو اکثر طرف کو دافع الکثافت دوا سے صاف کر دیا جائے

(۱۷) عربیوں اور فضلات پر خوب دافع العقوبات عرق ڈالا جائے

(۱۸) اال بخار میں جب داؤں کی مجبوسی جھٹرہی ہو تو روز مریض کے
جسم پر دو مرتبہ تسلی لگانا اور صابون ملکر گرم پانی سے اسکو نہلانا چاہئے

(۱۹) جب بیماری درج ہو جائے تو مریض کے کمرہ اور اسکی تمام تعلق
چیزوں کو دافع العقوبات دوا سے صاف کیا جائے۔

زہر کی شناخت اور علاج

حسب ذیل صورتوں میں بھون پر زہر کا اثر ہو سکتا ہے۔

(۱) بکار ڈالوں کی نیشنل پرائیوریتی پر اپنے ملکیتیں اپنے ملکیتیں
 (۲) شکر سے نہ تھی ہوئی گولیوں کی ممکنی کے دھوکے میں نکل جانے سے
 (۳) رخون کو بہت تیرسم آسودہ بانی کے دھوٹ سے
 (۴) نسیمیلے پہلے دغیرہ کہانے سے
 (۵) ادویات مصوری سے

(۶) اگر بوقلم شہانی جاوے تو ممکن ہے کہ آخری خوراک بہت تیر ہو جائے اور باعث نقصان ہو۔
 یعنی اولو ششن کی انتظام حسب ذیل طریقوں سے ہو سکتی ہے
 (الف) بیرونی ماش یا لگانے کی دو این ایسی شیشوں میں کچھ جانیں
 جن کی صورت مختلف ہو۔ اور بننے کے منگ بھی جد الکاتے ہوں۔ تاکہ اور میں اور
 پینے کی داؤں میں شیشوں سے کامل بلوپر تیز ہو سکے
 (ب) لفینڈ یا لو ششن یا دیگر بیرونی ماش کی چینے ورن کو پینے کی وجہ
 کرو میں علیحدہ کسی اور طرف رکھنا چاہئے۔

(ج) بچے کو دوسرا سہ پشتہ بوقلم کی ہر جا کر یہ ایتوں کو ہر سر تھے
 خوبی خور سے پڑھ لیتا جا سکتے۔ ہر بچوں کی۔ کوئی بچہ بوقلم کی کو خوب ہلاکتا یا
 لئے ایسیں ایک سنیاں لے جو۔ یہ بیرونی سطح جسم پر سفید ہواں یعنی بچہ کو جاتی ہے۔
 تھہ رشم یا اس بانی کو کہتا ہے۔ جو بچہ خود کے دھر نیک کو اپنی آنکھوں سے لیا جائے تو افع غصہ ملائی جائے۔

تاک آخری خوارک کے اجزا بہت تیز نہ ہونے پاوین۔

لوقٹ

اس امر کی بہت سخت اختیاط رکھنی چاہیے کہ جملہ دواوین کو نہ چلانے پاوین اور نہ مخلوط کرنے پاوین شکر سے مندرجہ ہوئی کوہیں باعث نہ کیا جائے اور زہر کو سب سے علیحدہ کسی تقلیل جگہ یا الماری یا رکھنی چاہئے جو بچوں کی دست برداشت سے محفوظ رہے بہت تیرسم آکرو، پانی کو اور خاص کرو اوس پانی کو جو دس سال تک کرتے یعنی کنافت دور کرنے میں کام آتا ہے بہت اختیاط کیا جتنا چاہئے۔ اوس میں اکثرہ نقش واقع ہو جاتا ہے کہ دوا کی آمیرش قریبہ کے ساتھ نہیں کی جاتی کار بولک لوشن کی شال مجید اگر پانی میں ایڈ ڈال دیا جائے تو اس کے اجراء تسلیل کی طرح پانی کے سطح پر تیرستے رہنگے اور جہاں کہیں یہ لگا دیا جائے گا بہت تیزی کے ساتھ جلا دیگا۔ حالانکہ ضرورت اس امر کی ہے کہ پہلے ظرف میں ایڈ ڈالنا چاہئے اور پھر پانی۔

کرو سو سبکی ہیئت اور دیگر کنافت رکھنے کی ادویات جن میں پارکا جزو شامل ہوتا ہے اجھے اوقات کافی طور پر عمل کیجیے استعمال کی جاتی ہے ملہ جو ہر شرمند اور اپنے اپنے کام کیلئے سر یعنی پیپر اور سبک + سومنجھی روٹ

چرخ سے ہنگامہ نزدیک رہا۔ اسی پر قدرتِ الہ رجھرہ پر ڈبلک کر
ستھین چلے با وین تو کوئی مخفی امتحان نہیں۔ نزدیکی پہلو ان وغیرہ کا
کھانا اس طرح روکا جا سکتا ہے کہ بچوں کو اس امر کی خاصیت پر ناکیہر
کرو یہی جا سے کہ جب تک کوئی بڑا بچہ اور اون کو کوئی شے کھانتے کے لئے
نہ دے وہ کسی شے کوئی کھاؤں اور اگر کھا ہیں تو پھر اجازت لے لیں۔
اویات منسوبی اور تیریں ایش کو جو زہری ٹھیپسیز ہیں ہوتی ہیں
ایسی چکر کھانا چاہئے جہاں بچوں کا ہاتھ نہ جائے۔ اگر رجھرہ نے زہر کھایا
ہو تو قریب سے قریب ہے اس کا سرکاری فوراً جانا چاہئے اور واقعہ کی
پوری تفصیل کھدیں اپنے ایسا ٹھیپسیز کا پیش کرو۔ Homach pump اما و اون ہر کا
تریاق لیتا آوے اس امر کو قطبی طور پر پہا معلوم کیجیا بھی ضرور ہے کہ
دفعہ بیمار ہونے کا سبب زہر خودی ہو سکتا ہے یا نہیں۔ اسکے لئے
اگر مندرجہ ذیل بالوں کو مد تظر کہا جائے تو علامات دفعہ نمودار ہوں گی۔
(۱) اگر داقعی زہر دیا گیا ہے تو علامات دفعہ نمودار ہوں گی۔
ایسا اور امر ایش میں بھیز سکتا ہے، اور بیٹھنے کے بست کر ہوتا ہے۔
جب کسی شخص کو ان میں سے کوئی علامت مبتلا اتفاق، دست، ہنیان
یا بیوشی لاحق ہو تو یہ کھانا چاہئے کہ اوسکے جسم میں ضرور زہر سراست
کر گیا ہے۔

(۲) علامات کچھ کہاتے یا پینے کے بعد نکلا ہر ہوتی ہیں۔
 (۳) جتنے اشخاص کہاتے یا پینے میں شرک ہوتے ہیں وہ سب
 ایک ہی قسم کی علامات میں مبتلا ہوتے ہیں۔ ہمیصہ صرف ایک ایسا
 مرض ہے جو کئی شدید سست آدمیوں کو ایک ہی وقت میں لاحق ہو سکتا ہے
 اقسام زہر جب کسی شخص کے متعلق اس کا پیشہ ہو جائے کہ اس کو
 نہ ہو دیا گیا ہے تو پھر حتی الامکان زہر کی فوایت دریافت کرنا چاہیے کیونکہ
 ہر زہر کا علاج جدا گاہ ہوتا ہے۔ پندرہ سو لکھ تمام معنوی و سترین اقسام پر
 تقسیم کئے جاتے ہیں۔

(۱) انار کا نکس *Narcotics* سم عصبی پیشی وہ
 زہر جس کا اثر نظام عصبی پر پڑتا ہے۔
 (۲) کرسوپائزن *Corrosive poison* یعنی جلا کر دیا
 زہر جس سے موخر اور تالو کی جھلیوں کو کچھ نہ کچھ نقصان پہنچاتا ہے
 (۳) اری ٹینٹ پائزن *Irritant* خراش پیدا کرنے والا زہر۔

سم عصبی میں عموماً کوئی تکوئی افیوں کا جزو، کچھ، کلوول یا کافور شرودر
 شامل ہوتا ہے اسکی علامات عموماً غنوادگی اور گہری غمینہ ہن لمحے
 زہروں کے کہانے سے ہر یا لائق بیویتے شکا (ٹلاؤڑتا) اور پیش پیش پیدا کرتے دشکا گاہی اور دیگر

اس میں عموماً پتیلیان سکڑ جاتی ہیں۔ سالتوں لیے ہیں آواز بوجی ہے اور جسم گرم ہو جاتا ہے۔ استفراغ بلا کوئی قلاتے والی شد نے بہت کم ہوتا ہے۔

علراج - جہاں تک ہو کے جلد کوئی قلا نہیں تو آدمی جا سے مشکل
 (۱) تین چھٹا ملک گرم پانی میں آمدی چھٹا ملک عمومی نہ کریں تاکہ عالم اک پندرہ پندرہ منٹ پر جب تک قلے نہ ہو رہا ہے پلا دین۔
 (۲) جوان آدمی کو قریباً پاؤ بھر پانی میں کشی ہوئی رائی ہے متدار ایک یا سو تو لہ ملکر پلا دین۔

(۳) زنک سلفیٹ Zinc sulphate
 گرم پانی میں ملکر پلا دین۔
 (۴) کپر سلفیٹ Copper sulphate بقدر پانچ سو دس گین
 (ڈھانکی سے پانچ رنگی) ملک و چھٹا ملک گرم پانی میں ملکر پلا دین۔
 چونکہ سم عصی کی خاصیت یہ ہے کہ مسموم کو نیند زیادہ آتی ہے۔
 اسلئے اوس کو تیز کافی پلا کر، چلا پھر اکر، اور موختہ پر ٹھنڈے پانی کے تھیختے دیکر بیدار رکھنے کی کوشش کرنی چاہیے۔ نازک حالت میں صنیعی تقوس (چیلکی) ترکیب آئندہ مذکور ہے کرنا چاہیے اور کوئی گھنٹے جاری رکھا جائے۔ استفراغ کرانے کے چند گھنٹے بعد کوئی دست آور و واپسی مذکوج

کار بولے۔ اسکے استعمال کرنے سے اندر سے موخر سفید اور سخت ہو جاتا ہے اور تیزی کے ساتھ تیزراپ کی بوجاتی ہے۔ چند، اور پہلوے سرداں اور پیچے ہو جاتے ہیں۔

مُلَاجَة۔ اپام سالٹ (Alum) کا پتھر اور دو یا تین چھپے (چاڑ) اور اسکے بعد رائی سحوم کو پلا دین۔ اپام سالٹ پاریار پلا کر رونگن زیر ہون ٹیندی کا نیل اور انڈے کی سفیدی کا سرکب پانی میں کھوں کر دین۔ کروپوپاڑون یا اکالی بیٹھی جلا دینے والے زہر کے کھانے سے موخر کروپوپاڑون یا اکالی بیٹھی جلا دینے والے زہر کے کھانے سے موخر اور مری وحدہ کی جعلی کو نقصان پوچھتا ہے۔ اسکی بڑی علامت یہ ہے کہ مریض کو درد کی سخت تکلیف ہوتی ہے اس قسم کے زہرون کو اکثر تیزابی زہر کتے ہیں۔ ان میں نہ صرف تیز ترشی بلکہ تیز کنالا اور بعض نگدنی اشیاء شامل ہیں۔

ترش اشیاء جو بطور زہر کے استعمال ہوئی ہیں ہیں

منeral acid یعنی محلی تیزاب یا درود کا سرکر (Hydrochloric acid) یعنی تیزاب ناسکلفور کا اسی سرکر (Sulphuric acid) یعنی تیزاب کا نیٹرک اسی یعنی تیزاب شورہ۔ Nitric acid

کمار سے زہر کا سکن (Ammonia) اور قلقوں (Caustic soda)

سے جنک اخیر پیدا ہو سکتا ہے۔

حمدی اشیا، اس قسم کی جو ہیں جنہیں بیت سکپر کا نہ کہا جائے۔

سال بست

غلام - جب کوئی شخص ان میں سے کسی قسم کا فریضہ نہیں کرتا تو اس کے علاوہ اس کے طبق اور وہ دین میں سورشاری ہوتی ہے اور اس کے علاوہ اس کے لئے بھرپور خوبیں ملے گتے ہیں۔ پہلی بھول جاتا ہے۔ ان یعنی ق لانے والی اور اس کے بعد بھرپور خوبیں دیتی چاہیں۔ بلکہ روغن زیتون، یا رہن السی یا انہیں فوراً دکھل جائیں اگر سچے عذاب نہیں تباہ کریں۔ ایک دن کو اس کا کام کر کر کاریا جو تو پہلے کمیٹی کھتم کر دیتی یا سیکھنی پڑے تو اس کے پاس پہلی بھول جاتی ہے۔ اس کے پاس پہلی بھول جاتی ہے ملائی پلاڑیں اگر سوموں نے کوئی کمری زبرد کھایا ہو تو کوئی ترش چیز نہیں ساری یا عرق یا پلاڑیں۔

اُبھریت پانزانت *parent poison* ہے اور نراث یہ اکنیوں کے ہر کو کھائیت سے لے چکی اور پریاں لاحق ہوتا ہے مگر موند میں ایک خاص سورش، ملتوی خشک اور پیٹے میں درد ہوتا ہے اور پریاں زیبادہ معلوم ہوتا ہے۔

ہندوستان میں اس قسم کے مشہور تزہیرہ ہیں۔ روغن چالاکی کے
تبشی مکنی، سرمه، سلکیا اس نامہ کی علامات پر کاظم مقدمہ اور سعید کر
خ مختلف بڑا کرتی ہیں۔ لیکن عموماً اون کے استعمال سے بے چینی پیدا

ہوتی ہے اور بعض اوقات تشخچ اور اوسکے ساتھ ہڈیاں اور ہمتوشی ہو کر مریض انتقال کر جاتے۔

علالج - وہ ہی کرنا چاہتے جو نوریٹک پاؤں اینچ سم خصی کے متعلق بتایا گیا دو لتوں حالتوں میں پڑی ضرورت پہلے اس بات کی ہے کہ معدہ کو خراب مادہ سے کوئی حقوق دوادیکھاٹ کیا جائے۔

او سکے بعد کوئی شکنینش پر پھر لاؤ جائے۔ مثلاً کپا اندھا، اندھا اور دو دھر۔ جب مریض کو کچھ افاقت ہو تو کوئی محکم شے مثلاً تیز چار یا کافی طاقت ہے۔

جاء۔

زہرون کے علاج کے متعلق عام ہدایات لکھی جاتی ہیں جن کو یا درکھننا اور بوقت ضرورت عمل میں لانا چاہئے۔

(۱) جب سوم کوزہر کے اثر سے نیند معلوم ہوتی ہو تو کسی نہ کھانیں اور کھین۔

(۲) اگر تشخچ کی کیفیت ظاہر ہو تو موٹھ پڑھنڈے پانی کے پیٹھی دین۔

(۳) اگر موٹھ کے آس پاس داغ بادھتے ہوں تو فوراً کوئی مٹھی دوا پلا کر اندھے دو دھر، السی یا سلاد اور پھر تیز چاہی دین۔ لیکن دوغن بادام کا استعمال نہ کیا جائے۔

(۴) جب بونخ کے آس پاس اغیا و شست بون تو تمی شرمندی
بلکہ تسلی او سنکے بعد دو و دیا کچھ املاک پانی میں آٹا کھول کر پلا دین۔
(۵) فارس شهر سزہر کا شہر ہے ہو تو تسلی نہ دین بلکہ کئی خوراک لیجیٹیا

اور پانی پلا دین

(۶) مطلقاً مریعین کی جانب سمت مایوس رہ جوں۔ تمام تمو اجھا اپنی
کوئی قی آور دوا دیکر معدہ کو خالی کر جائیں۔

(۷) سکون کے علاج اور شفا یابی کی کوشش کر لیں اگر شروع میں پھر بھی
کیون نہ معلوم ہو۔ اکثر کئی گھنٹوں کے بعد کہیں افاقہ شروع ہوتا ہے
(۸) ظاہر اصطحکاٹ یابی کے بعد بھی مریعین کی بڑی دیکھ بھال کہیں
کیون کہ اکثر کچھ عرصہ کے بعد زہر کی علامات عودہ کرتی ہیں لیکن زہر دوبارہ
خون میں سراحت کر جاتا ہے۔

(۹) جس وقت طبیب آئے اوس سے مفصل کیفیت بیان کریں تاکہ
متاسب حال علاج معاہدہ میں اوس کو مدد ملتے۔

یہ باید ہے کہ ایسی حالتوں میں جگلت کی بڑی ضرورت ہے
عام تھیات تریاقات۔ اگر اور کوئی تھی شے میں میں وقت ہو تو دوسرے
چچے بھرائی ڈیڑھ پاؤ پانی میں تیار کر کے فوراً مریعین کو پلا دی جائے۔
اگر کسی شخمرے کر دسویں بگزون کیا لیا ہو تو چیسا کہ اوپر بتایا گیا تھی شہنشیم

بُری احتیاط کی ضرورت ہے۔

اکثر بیشتر صور تون میں صرف کوئی اسکر فاؤن ہر و بینا چاہئے
ایک بے ضرر تیر جو بیشتر سفید ہوتی ہے یہ ہے کہ سوم کو
زیادہ مقدار میں نیم گرم دودھ، روغن کا ہو، یا انڈے کی سفیدی اور
روشن کا ہو، پرانی میں کھن ملا کر دین اور جہاں ڈاکٹر یا طبیب پڑھ
لتا ہو، ان مدرجہ ذیل تریاتیات استعمال کرنے چاہئیں۔

علاج

گرم پانی میں رائی ملکر مقنی دو اتیار کریں	}	زہر جوہر کچلپ آرسنک لینی سٹکیا
رائی اور نمک فوا دین اور بعد استفراغ روغن کا ہو دین۔		روغن کا ہو دین۔

دودھ، بالائی یا مکسن، دودھ یا انڈے کی ٹوپیا، ریکپور ریس الاحمر زہر سفیدی یا ان کا مرکب زیادہ مقدار میں سرپ، شکر، زہر جت	}	زہر نہر
استفراغ کرانے کے لئے پہنچ گرم پانی اور ٹار ٹار ویجی مک یعنی طریقہ المرقی بعد کو استفراغ روکنے کے لئے آدھی رتی یا نمک سے دیک گریں افسون دی جائے۔		نہر سرپ

لے بجا چوڑا

حلق ایکون یہ کر ملا کر نہ بپانی

کاشک سوڈا (Custard Soda) پلا یا جانت

کاشک پوتاش (Custard powder)

پرٹ ہارس ہورن (Hartshorn) ہائیڈ

امونیا (Fuming) Ammonia fluid

اسیکل اسید (Acetic acid)

سایابان یہ گزشیا
یا کھریائی پانی یعنی

زون انڈک

بیوری ایک ایسی اینٹی آپ ناک (Mercuric nitrate) کھول کر برونوٹ کر

رکیوا فارسیتی تیراب شورہ (Sulphur fumigatus) بعد پلایا جاوے

کاربونک ایسٹ کو مل کر تیراب (آمپانی) میں کھول کر یا کوئی تعاب دار شئے

کربولیک اسید (Carbolic acid)

کلوروفارم (Chloroform) مسموم کے سر، موخر اور گردان پر ٹھنڈا پانی

روح اخمر (والا جائے اور صتوغی نقش چاری کیا جائے)

کلور مائیکروریٹ (داس کا طریقہ کے مذکور ہے)

لا اؤم یعنی عرق ایکون مار فائی یعنی تیرکافی لوز کریب گرم پانی میں اسی پلا کرتے کرائیں اوسکے

جو ہر انون (بعد پھر تیرکافی دین اور ریض کو ملاحت جلاتے ہیں)

فاؤر سر ہریا تریاق - وہ شے ہے جو زہر کے ساتھیں کراوس کو بے خبر

بنا دیتی ہے یا جسم پر خاص کر نظامِ جسمی پر زہر کے بر مکمل اثر پیدا کر کے اسکے
اثر کو زائل کر دیتی ہے پہلی قسم کی مثالیں یہ ہیں

اسکیلک ایڈ اور معدنی تیزاب کا فاڈر زہر کھرایا مٹی یا میگنتشا ہے اور

ستکریا کا فاڈر زہر دایا لائنزڈ آرن (Dialyzed iron) (جوہر فولاد) یا میگنشیا
اور ٹارٹار ایمی ٹک (tartric emetic tartar) یعنی ططر امیقی کا فاڈر زہر روزہ ہے

دوسری قسم کی مثالیں ایکوں اوس شخص کو حس نے بلیڑ دنالکھا یا

ہوئے کرنے کے بعد وہی جاتی ہے اور جس شخص نے زہر کچل کھایا ہے

او سکو استفراغ کے بعد زہر کلوول دیا جاتا ہے۔

ڈوبے ہوئے کا علاج - موٹھ، نماک اور گلا صاف کرو پاؤں کپڑا کر اٹھاوا

ٹنکے موٹھ اور تاک سے پانی مکل جاؤ۔ اگر بچہ شیر خوار ہو تو پاؤں پر ڈکر

جسم کو نیچا کر کے جھکوئے ڈو۔ ایک تاشدہ مکل میٹر پر بچا کر ٹھاؤ چاہتے

کے وفہرے مصنوعی تنفس کرو۔ جسم کو جس قدر مکلن ہو گر مر کہنا چاہئے

اگر مکلن ہو تو تھوڑا سا گرم و دھر حلق کے اندر ڈال دینا چاہئے۔ اگر کوئی

بچہ یہ ہوش نہ ہو اور ڈوب جانتے کے بعد بہت زیادہ بیمار تھیں معلوم

ہوتا ہے تو اوس کو مکلون میں لپیٹ دینا چاہئے اور ڈاکٹر کو بیلانا چاہئے

کیون کہ مکلن ہے کہ کوئی اندر وہی صدمہ ہو پوچھا ہو یا کوئی بیماری مثلاً

وجع مقاصل یا پھیپھڑوں میں اجماع خون کی شکایت دغیرہ نہیں

ہو جائے۔

بظاہر مردہ شخص کا علاج رائل ہیو مین سوسائٹی آف لندن سمجھتے ہیں پر
مندرجہ ذیل تدبیر اختیار کرنے کی صلاح دیتی ہے۔

اگر ڈوب کر، دم گھٹ کر یا زہر شراب بخیرہ کمایی یعنی سکر کوئی شخص
تمہان ہو جائے تو بلا توقف ڈاکٹر کو بلا یا جائے۔ مکمل اور نشک کمپڑے
استعمال کئے جائیں تاہم فوراً شروع کی جائیں اور امور ذیل کا لحاظ
رکھا جائے۔

(۱) فوراً تنفس جاری کریں

(۲) تنفس جاری ہونے کے بعد بسم کو گرم اور دہران خون کو
تیز کریں جب تک ڈاکٹر آئے اور بین ساقط ہوے اور سانس تو قوف بوئے
ایک گھنٹہ تک ہو جائے شفایابی کی کوششیں پر ابر کرتے رہنے چاہیں۔

قواعد

(۱) مریض کو ٹانے کا طریقہ مریض کو ہمار جگہ پر سیدھا لٹکر
سر اور شانے پیسیت پاؤں کے ذریعہ پیچے کریں یا کہرے نہ کر کے
دکھیں۔ گلے اور سینہ پر اگر کوئی تنگ لباس مثلاً گلو بند یا صدری وغیرہ
ہو تو اوسے اوتار دیں

(۲) نزد میں ہو اجنبی جاتی چاہے۔ مریض کا موخر اور ناک نہ سے صاف کر دین اور موخر کھول کر اوسکی زبان باہر کمیں۔ اوسکے اوپر ایک نرم پتی رکھ کر اگر ٹھہڑی کے نیچے باندھ دین تو مناسب ہو گا۔

(۳) مصنوعی تفسس جاری کرنے کے لئے

(الف) مریض کے سر پر ایک پتھر اوسکے دونوں بارے مصبوطی ہو گئے دو سکنڈ تک سر سے اونچا رکھیں۔ (اس طریقے سے پسلیان اونچی ہو جائے سے تازہ ہوا پھیپھروں میں داخل ہوتی ہے)

(ب) پھر فوراً اوسکے بارے نیچے سینہ سے ملا کر دو سکنڈ تک آہنگی سے دبائیں (اس سے پسلیوں کے دب جانے سے پھیپھروں کی تیف ہوا خارج ہوتی ہے)

(ج) مصنوعی تفسس کو جاری رکھیں۔ نہایت استقلال اور حریت کے ساتھ یہ دونوں نداہیر کی پیداگیری کے ایک منٹ میں پندرہ مرتبہ عمل میں لا اینیں بیان تک کہ مریض ہو تو خود سانس لے سکے (اس کی وجہ قدرتی تفسس کی طرح ہو آتی جاتی رہتی ہے)

جب مریض خود سانس لینے کی کوشش کرے تو مصنوعی تفسس کی تدبیر کو چھوڑ کر دو دل ان دونوں پیداگری پوچھانے کی نظر رکھیں۔

(ہ) تحریکی تفسس۔ مندرجہ بالا تدبیر کے ساتھ تحریکی تفسس کی غرقے

مریض کو ذرا سی ناس و خیرہ سنگھائیں اور ایک پرستے اوسکے حقوق کو
سہلائیں اوسکے سینے اور چہرہ کو جلد خلیبیں اور باری باری سے سرد
اور نیم گرم پانی کے چھینٹے ماریں۔ اور حیسم کے نیچے کے دہڑک خشک فلاپین سے
بلیں۔ تیز نفس چاری ہو جائے تو مریض کو نیم گرم پانی میں بھاکرا کے
بازوں کو نہ کوڑہ بالاتر کیپ سے حرکت دیتے رہیں۔ یہاں تک کہ پوری طی
تنفس چاری ہو جائے۔ پھر مریض کو بیس^(۲) سکنڈ کے اندر علیحدہ بھاکرنے
اور سینہ پر ٹھنڈے پانی کے چھینٹے دین۔ اور ایمونیا سنگھائیں۔

صنتو یعنی نفس چاری ہونے کے بعد علاج۔ دوران خون کو چاری
کریں اور حیسم کو گزی پہنچائیں۔ مریض کو خشک کمبلون میں لپیٹ کر اسکے عضای
کو نیچے سے اوپر کی جانب خوب بلیں تاکہ خون دریدون کے ذریعہ سے اسی
دکپس چلا جائے۔ اور گرم فلالین گرم پانی کی بولوں اور گرم گرم اینٹوں
قلمعدہ بولوں اور نمودن کو سینکیں۔ علامات زندگی ظاہر ہونے پر حسب
کچھ ملنے کی قوت آجائے تو ذرا سی گرم چاریا کافی یا ذرا سی برانڈی یا دسلکی
توڑ اسکر گرم پانی ملا کر ملاویں۔ زندگی بحال ہوتے وقت اگر مریض کے سینے پر
اور شانوں کے درمیان رائی کا پلا سٹر لگا ویں۔ تو تکالیف
تنفس بہت کچھ برقع ہو جائیگی۔

اگر مریض دیر تک پانی میں بھیگا ہو تو حرارت جسمانی کو اعتدال پر

لاتے کے لئے گرم پانی میں غسل دین بشر طبکہ تنفس جاری ہو۔

اگر سخت سردی کے اثر سے یہ ظاہر ہالت نازک ہو جائے تو جسم کو
یرف یا سرد پانی سے ملین اور بندیریج گرمی پہنچائیں۔ کیونکہ لیکا یک گرمی
پہنچانا نہایت خطرناک ہے۔

جب نش کی وجہ سے کسی شخص کی حالت خراب معلوم ہو۔ تو اوس کو
کروٹ سے ٹھائیں اور سر اونچا کر کمین۔ مریض کو قے کرائیں۔ حرکات کا
استعمال ہرگز شکریں۔

جیک کہتے یا لوکی وجہ سے مریض بظاہر مردہ معلوم ہو تو سر اونچا
کمین اور اوس کو ٹھنڈک پہنچائیں۔ لگلے اور سینہ کے کپڑے اونارہ دین۔
حرکات کا استعمال کریں۔

الیسی حالت چیکے دیکھنے سے عموماً ہوت کامگان ہوتا ہے۔ تنفس یا
دل کی حرکت بند ہو جاتی ہے۔ آنکھیں عموماً نصف بند ہوتی اور بھیل جاتی ہیں
دانت بیٹھ جاتے ہیں انگلیاں اٹھ جاتی ہیں۔ زبان و انتون کے تیج میں لظر
آتی ہے اور ناک سے پھیند چاری ہوتا ہے جسم سرداور زنگ نردو ہونا شروع
ہو جاتا ہے۔

اس سو سائی فوج تدبیر درجو علاج اور پر تجویز کیا ہے اوسکو دو ٹھنڈے
چاری رکھنا چاہئے اور علاماتِ زندگی جلد ٹھہر نہ ہونے پر ایسے مریض کی

حالت کو لا ملاج قرار دینا غلطی ہے۔ کیون کہ اس سوانح کی نظرستائیے مریض بھی گزرے میں جن کو پانچ گھنٹہ استقل علzen کے بعد کہیں شفا ہوئی ہے۔

خراش کرنے، میلی اور دیگر جانور و نکاحا کا ٹنا

اگر تندرست جانور کاٹ کرایے یا پنجون سے خراش پیدا کر دے تو اوس کو کسی قابل اعتماد دافع عقوبت (ڈس انفلکٹ) وہ اسے احتیاط کے ساتھ صاف کرنا چاہے۔ کیون کہ اکثر اون کے واتر پنجون میں مٹی اور سم آتو و اجزا کے بھرے رہتے کا اندیش ہوتا ہے۔ اگر اس سے پکڑ کر کلیف پہونچے تو چادر سے او سکے ہاتھ پاؤں یا ندھر دینا چاہتے۔ اور زخم کو جوش شدہ کپڑا سے صاف کرنا چاہتے یہ کپڑا جوش شدہ سلان لوشن Saline lotion میں ڈوبا ہوا ہو۔ اس لوشن میں یہ چیزیں ہوتی چاہئیں ایک چھپر (چا)، کمانے کا نک اور ایک پائٹ کھولتا ہوا پانی پھر وہی پیٹ دیتی چاہتے۔ اس ترکیب کو دن میں عبار کرنا چاہتے۔ اگر اخراج مادہ ہوتا ہو تو اکثر بچپ کو بین پھر جاپ اور آرام سے رکھنا چاہتے۔ گرمی نہ پہونچانا چاہتے۔ فنا بست سادہ ہو۔ گوشت نہ دینا چاہتے۔ آلنے جانے والوں کی آمد و رفت روک دینا چاہتے۔ کسی ایسے

کھیل کی اجازت نہ دینی چاہئے جس سے طبیعت میں تحریک ہو
سنندھ درو میں گرم پانی سے سیکنے یا لپٹنے لگانے سے بہت آلام
پورنچتا ہے۔

جا نورون کا کامنا بہت مخدوش ہوتا ہے بعض وقت مگر ہے کہ
کثافت بڑھتے بڑھتے ہیڈروفوفوبیا Hydrophobia یا کراکا
مرض ہو جائے۔

اگر کوئی بیلی یا کتا کسی بچکو کاٹ کہائے تو اوس کو مارنے والان چلے ہے
بلکہ اوس کو نہایت سخت نگرانی میں رکھنا چاہئے کیون کہ اگر جانور تدبر کے
تو نعمت اوسکی جان کا خذلان ہو گا۔ اور اگر اوس میں جنون کے اثر پاے جائے
ہوں تو اوس سے یہ فائدہ ہو گا کہ بچکو کو ٹیک لکا دیا جائیگا ارشیمہ کی حالت میں
زخم کو لکھنے یا جیریٹ آٹ سلووڑ *Salve of Nitrate of Potash* کو داغ دینا چاہیے یا جلپی یا
لوہ سے یا جلتے ہوئے سگار کی نوک سے غرض چوری خدی سے لاملا ہجہ آجائے
قوراً داغ دینا چاہئے۔ کزان یا جیریٹ کے کامل جانے کا مرض اکثر اس وجہ
ہوتا ہے کہ زخم میں جو کسی کے کامنے یا خراش یا جھوٹ یا لگھوڑے کی لات وغیرہ
پیدا ہو جائے۔ تو اوس میں ایک ستم آلو دماہ کا اثر پیدا ہو جاتا ہے جو
خاک میں چھپا ہوارہتا ہے۔ ابتدائی علامات یہ ہیں۔ جیریٹ سے میں سختی اور
کساو پیدا ہو جاتا ہے۔ گردن اور پیٹ میں ترشح ہونے لگتا ہے بسترن علاج

یہ ہے کہ نہ سم کو کسی ایسی دوسرے سے پاک کر دیا جائے جو دافع سمیت ہو۔ اگر کمزاز کے مرض میں عففات ہوئی اور معقول طلاق نہ ہوا اور اگر مرض ترقی کر گیا تو کوئی علاج کارگر نہیں ہوتا۔ اس کا تزیاق تیار کیا گیا ہے اور کبھی کبھی نہیں بھی ثابت ہوا ہے۔

اس کے علماء نہ سختم ہونے کے ہفتہ عشرہ کے اندر یا بعد کو معلوم ہو جاتے ہیں اور علماء متون کے ساتھ مرفق کی تکلیف بڑھ جاتی ہے کسی سوال ہمچنانہ مفید ہوتا ہے جہاں اسی سطح پر ایک خصوصی شفایہ خانہ ہے کبھر، مکشل، پسو، خیروں کا اٹنا۔ دون پچون کو جن کی جلدی ازکر ہوئی ہے، ان پھولے پھولے کیرون کے کامنے سے بعض وقت بہت سخت تکلیف اور جیلن ہوتی ہے اور اکثر بڑے بڑے دودوں پر جاتے ہیں والکٹریک
Chloroform اور اوڈی کلون
Candie cologne ہوزان لیکر ملادینا چاہئے اور راش کرنی چاہئے سے بست آرام پوچھتا ہے۔ لیکن اگر اپرٹ آف ایونیا ٹھہرا جائے
Eucalyptus ammonica یا یوکلیپٹس اس کا تسلیم لگایا جائے۔ اور بھی زیادہ آرام ملتا ہے بھر شد کی لمبی یا پسہر کا ڈنک اگر سختم میں ٹوٹ کر رہ جا سے تو اوس کو بڑی احتیاط کے ساتھ نکال لیا جسکی آسان مدد بری ہے کہ ایک سوراخ دار کبھی کامنہ مقامش پر دوڑ پڑے

رکھ کر خوب دبادیا جائے اس سے فائدہ یہ ہے کہ سوزش پیدا کرنے والا نہ ہر سیل ہین بستار چونکہ ڈنک کے ذمہ میں ایک قسم کی تیز رشی ہوتی ہے۔ اسکے کوئی کھاری شے لگا دینے سے آرام ہو جاتا ہے معمولی سوڈا بھی مناسب اور کار آمد ہے۔ اکثر صابون Soda Glycerine تیل گلیسرین لگانے سے بھی بہت لفظ ہوتا ہے۔

داؤ الکلب (Hydrophobia) ہر کتنے کے کامنے سے خطرناک اثر مرتب ہونے والوں کو اندریشہ ہوا کر تباہ کرنے کے لئے پتانا کچھ بے موقع نہ ہوا کہ اگر کتنے کو کوئی مرض نہ ہو تو اوس کامنے سے داؤ الکلب کے لاحق ہونے کا اندریشہ ہین ہونا چاہئے اس مرض کے متلق براڈن انسٹیٹیوٹ (Institute) نے مندرجہ ذیل اعلان شائع کیا ہے۔

یہ مرض کتنے کو بلا تھیس عجروں سے ہوتا ہے اسکی علامت یہ ہے کہ کتابیت سست اور اوس رہتا اور اسہر اور اونہر چھپنے کے لئے بیکار پھر جاتا ہے لکڑی پھر کوڑا کٹ جو چیز دیکھتا ہے اوس کو کامنے کے لئے درتباہے اور یکاک شور و غل سے غیر معمولی طور پر متوجہ ہو جاتا ہے۔ اپنے پنج سے تالوں

اس طرح رکھتا ہے جیسے اوس نئی کوئی شے ملک گئی ہو۔ اور اوس کو وہ بکالا
چاہتا ہو۔ اوسکے موخر سے یہ رال بستی ہے ایک محیب کر یہ آواز سو بونکاری
اور اپنے ملک پر یاد جانور سانے آتا ہے اور پھر حملہ کرتا ہے تھہ رسٹ کے
امداد اسی مرض سے اوس سے دو دو بھائیتے ہیں۔ کاشٹ کا مرض شروع
ہوئے سے کچھ پیشتر کتا اپنے ملک سے غیر معبدی طور پر مانوس ہو جاتا ہے
کبھی اوسکے پیش رہتا ہے اور کبھی اوس سے کھیلتا ہے اس مرض میں بھی
ایسا ہوتا ہے کہ کچھ لا جھڑا مخلوق ہو جاتا ہے اور اسکے کاشٹ کے قابل
نہیں رہتا جب کتے میں متذکرہ علامات میں سے کوئی بھی جنون کی علامات
پائی جاوے تو قوراً اوسکے موخر پر تمہین کا چڑھا کر مضبوطی کے ساتھ اوس کو
زخم سے باندھ دیا جائے اور تا وقتیکہ کسی واقعہ کا شخص کو وہ کہا یا جائے
اوہ کو ہلاک نہ کیا جائے۔

انتباہ۔ جن صاحب کے پاس کتا ہو اونچا چاہئے کہ کتے سے خواہ وہ دلویٹ
ہو جائے ہو اپنا مونہ ہاتھ خاص کر جب اوسیں کسی قسم کی خراش ہو ہرگز جھٹپٹا ہوئی
جیب کوئی دلویٹ جانور یا سانپ کا نہ۔ قوراً زخم کو چوس کر عضو
مجرد کے اوپر کی جا سپھی باندھی جائے۔ یعنی زخم کے اوس پبلو یو
قلہ سے قریب تر ہو خون کو چھانٹک ہو بخٹنے دیا جائے اوسکے بعد جیزخ
چوس جائے یہ تدبیر باتفاق و خطر عمل میں لائی جائے لیکن جو خفجن جو

او سکے ہونٹ، ربان یا موخر میں کوئی زخم نہ ہو۔ خون اچھی طرح نکلنے کے بعد
زخم پر پریمگنیٹ آن پلاس *Permanganate of potassium*
رگڑ دینا چاہئے۔

لوگنا بد قسمتی سے ہندوستان میں لو بہت لگ جاتا رہتی ہے تو دن کو تیز دھونپیں
نکلنے سے لگتی ہے اور شکست کو سخت گرمی کے موسم میں اکثر گرمی کے اثر سے آدمی
بیمار ہو جاتا ہے۔ اگر سرا در گردان اچھی طرح عاسیہ یا دھوپ میں پہنچ کی ٹوپی سے
محفوظ ہو تو لوگتے کا بہت کم اندازہ ہوتا ہے
شب کو گرمی کے اثر سے محظوظ ہونے کے لئے خواب گاہ میں ہوا کی آمد فرنٹ کا
حقول انتظام ہونا چاہئے۔

لوگون کا زیادہ بیجع نہ ہو بلکہ *Alcohol* میں خشک گذاشتے
پید فوراً سوئے سے اگر پرہیز کیا جائے تو یا گرمی کا بہت کم اثر
ہو سکتا ہے۔

جس وقت لو یا گرمی کی علامات ظاہر ہوں
(۱) مریض کو کسی سرد سایہ دار جگہ یا تاریک کر دینے لے جائیں
(۲) پہنچے فوراً اوتار کر مریض کو اس طرح چٹلائیں کہ اوس کا سر
اور شانے جسم سے کسی قدر اونچے رہیں۔

(۳) جب تک افاقہ نہ معلوم ہو یا اُکٹھی سرسری کے سرسبز

ریزہ کی ہڑی پر برا بر مسٹڈا پانی دالین۔

(م) مریض کو جہان تک ہو آرام چوپنا۔

اسکھ، ناک اور کان میں کوئی شپڑ جانا۔ اکثر ایسا ہوتا ہے کہ انہیں ریت انکر کسی دمات کا فردیا کوئی کیڑا پہنچاتا ہے جبکی وجہ سے انہم میں سخت سوزش ہوتی ہے جب کوئی ایسی خشپڑ جائے تو رومال کے گزندگی تی بننا کر یا زم برش سے اسکو نکال لیں۔ لذت سخت خطرناک ہے۔ اگر زیادہ گرد پر ٹھکنی ہو تو انکھ کو نیم گرم پانی سے دبو ڈالیں۔ اگر دنخل جائیگی۔ خراش پیدا کر نیوال شش کے نخل جانے کے بعد ہی اگر انکھ میں کٹلک باقی رہے تو اسکی تدبیر ہے کہ پھوٹے چیر کر چنہ قطرب میٹے یا زیتون کے تیل کے ٹپکا دئے جائیں۔ اگر اس سے بھی آرام نہ ہو تو کیڑے کی گدی ٹھنڈے سے پانی میں ترکر کے آنکھ پر رکھی جائے جب چونتے یا اور کسی چیز کا فرد آنکھیں پڑ جاتا ہے تو سخت سوزش اور کٹلک ہوتی ہے بعض اوقات فرہ آنکھ کے ٹھیلے کے نیچے چلا جاتا ہے اسلئے اوس کو جہان تک پوچھلے نکال لیا جائے اور آنکھ کو نیم گرم پانی سے دبو کر فراسائل پھوٹے چیر کر آنکھیں ڈال دیا جائے۔

چھوٹے بچے بیض اوقات پنسل یا کھلونے کے ریزے، دلتے گولیاں وغیرہ نہستوں میں چڑھا جاتے ہیں۔ ایسی حالت میں اگر ملن ہو تو

اونکو فوراً نہال دیا جائے اور اگر کچھ وقت ہو تو بلا توقف ڈاکٹر کو دکھایا جائے کبھی ایسا ہوتا ہے کہ کیرپے مکھی سے کانوں میں گھس جاتے ہیں اور اکثر بچے ناک کی طرح کانوں میں بھی اوسی قسم کی چیزیں ڈال لیتے ہیں۔

ایسی صورت میں کان کو پچکاری کے ذریعہ سے نیم گرم پانی سے دھوایا جائے پچکاری کی نلی کو کان کے اندر نہ دھنپل کیا جائے بلکہ سوراخ باہر کھایا جائے اور فراسا گلیسرین یا تیل کان میں پکادیا جاوے اگر کوئی سخت شے مثل دانتے یا پنسل کے ٹکرے کے پر گئی ہو تو پچکاری کے نتیجتی ہوتے حصہ درد ڈاکٹر کو دکھایا جائے نہ اوقتنامہ شخص کو حسو اسے پچکاری کے اور کسی طریقہ سے نکالنے کی کوشش نہ کرنی چاہئے۔ کیون کہ اس سے کان کے پردہ کو نقصان پہنچنے کا اندیشہ ہے۔

کسی چیز کو نکل جانا

بچے جو چیز پاتے ہیں اوسکو موخہ میں ڈال لینے کی کوشش اور ہوس کرتے ہیں اور اکثر ایسے اتفاقات پیش آتے ہیں رہتے ہیں اگر حلقوں میں کوئی چیز اٹک جائے تو فوراً بچے کو اوپر لٹکا کر دیتا چاہئے۔ بچی سرچھ اور پاؤں اوپر لٹکا دیتا چاہئے اور منہ پر آہستہ آہستہ قبضہ پھینا چاہئے اور انگلی حلقوں میں ڈاکر اوس چیز کو اوس جگہ سے ہٹانے کی کوشش کرنا

چاہئے، یا کم از کم کھانسی یا تکرایہ چاہئے تاکہ چیز نکل پر کے اگر نہیں تو ایکیلی اور دھار دار نہیں۔ بت تو سو، وہ میں بلا کسی خداش دغیرہ کے اتر جائیگی، ایسی حالت میں طین دہائیں نہ دی جائیں، بلکہ پوری مقدار میں خوراک دی جائے۔ غذیں کو شست، روٹی اور کلکاریاں ہوتی پہاہیں تاکہ مدد ہے پہنچ کے خارج کرو۔ سیتے میں اعانت کریں۔ اور دیکھتے رہنا چاہئے کہ چیز نکلی یا نہیں۔

جو بچے جلدی کھاتے ہیں، یا پڑا بڑا نوالہ کھاتے ہیں ان کو اکثر سنتی چیزوں کا حقیقت ہے۔ جن بچوں کو بلا وجہ کھاتے ہیں، سنتی بچے جاتی ہو اون کوڈا کھڑکو کھانا چاہئے، بعض مرتبہ ایک مرض نگلکن کی بیٹھا سست ہوتی ہے۔

جلنا

آگ سے جلننا | جب کوئی مقام کم جلتا ہے تو دہان خفیف سرخی ہوتی ہے اور جب زیادہ جلنے لے تو جلد اور گوشت ضائع ہو جاتا ہے۔

کرم پانی غیرہ سو جلننا | برقا بگرم پانی کے دودھ یا تیل سے جلنے میں زیادہ تخلیف ہوتی ہے اور ایسی چیزوں سے جس قدر کوئی مقام یا دہان ہو اور بقدر نیا وہ اندیشہ ہوتا ہے۔ مثلاً اگر کسی عضو کا زیادہ حصہ معمولی خور پر جل جانے کو وہ

زیادہ اذیث ناک ہے پسیت اسکے کوئی محدود مقام سخت جل جائے
اگر کوئی مقام دراجل جائے، اور زخم پڑے تو مقام اُوف کو شیم گرم سوڈا لوتھن
کے ساتھ سے دھوتا یا ترکرنا چاہئے،

اس قسم کی کلیف میں مندرجہ ذیل تداریکی رفتار کرنا چاہئے،

(۱) مقام محل پر روغن السی یا زیتون پکا کر ہوا سے حتی الامكان

جلد محفوظ کرنا چاہئے

(۲) کپڑے اوس مقام سے فروٹ علیحدہ کر دے چاہیں اور اگر کچوڑہ
ہو تو کپڑے کو کانٹ دیا جائے کیونکہ آثار نہ میں ٹیکن اوقات گردش
جانے سے تکلیف پڑھ جاتی ہے تیل مجروح مقام اور کپڑے پر یا ان دونوں
کے نیچے میں ڈالا جائے، تاکہ کپڑا نہ ہو کہ بآسانی اُتر آئے، اور جلد محفوظ رکھے
(۳) روپی یا صوف کے ٹکرے کو روغن السی یا زیتون میں ترکر کے مقام

ماوف پر رکھتا اور بار بار بدلتے رہتا چاہئے

کیرن آئیل oil Carron جسے عربی میں وہانگلہس
یعنی چوڑ کا تیل کہتے ہیں اور وہ روغن السی اور چوتھے کا پانی ہموزن
ملانے سے بنتا ہے، تہایت کار آمد شے ہے، روغن السی یا زیتون یا
بادام کے سوا کوئی معدنی تیل (شاشمی کا تیل وغیرہ) نہیں استعمال کرنا
چاہئے ہندوستانی لہاس خاص کرستورات اور چھوٹے بچوں کا ایک

اگلے لگنے سے جلدی ہرک اٹھتا ہے۔ چنانچہ اگر کسی کپڑے میں خدا خواستہ اگ
لکھتا ہے تو مسلک نتیجہ پیدا ہو سکتا ہے الیسی صورت میں بھیش ہوش و حواس
فائم رکھنے چاہئیں۔ جسم وقت کپڑے میں اگ لگے، فوراً ہوا کو روکنے کی
تمدیر کر لی چاہئے، کیون کہ ہوا لگنے سے آگ بھڑکتی ہے، اس موقع پر
ایک تدبیر ہتائی جاتی ہے اُس کو بیاد رکھنا چاہئے، جس وقت آگ لگے
فوراً آلتیں زدہ شخص کو چوتھہ، کمل، چادر، یا اسی قسم کا اور کوئی کپڑا اپنی
طرح اور معا دیا جائے، یہ واضح رہتے کہ آگ لگنے کے بعد دُر نہایت خطر کے
ہے، اس میں بیشتر آدمی ملاک ہو جاتا ہے۔

پانی وغیرہ سے چلنے میں زیادہ تر تخلیق اچانک صدر پوچھتے
ہوتی ہے، پس اس سبب کو رفع کرنا ضروری ہے، چنانچہ مقامِ مأوف کی
 جانب توجہ کرنیکے بعد مرضیں کو گرم کپڑے پہنانا اور حرک مشروبات میں
چاہئیں۔

لباققاتِ خفیت چلنے سے پھون کو برداشت اڑان ہو جانا ہے اسے اسی
حالت میں بیت پر لٹادینا چاہئے ما در گرم دودھ یا گرم قبوہ پلانا چاہئے
بعد ازاں چلنے ہوئے جسم پر کپڑے کو کاٹ کر علیحدہ کر دینا چاہئے، بعد ازاں
ایک کپڑے میں، وسیلین یورا سک

یاد نیولیا کریم *Kinolia cream* یا کمس *butter* خوب چورا اور

گاڑی پھیلا کر جئے ہوئے جسم پر رکھ دینا چاہئے، بعد ازاں وریستنگ پر خوب اچھی طرح کپڑا پہنچ دینا چاہئے۔ تاکہ ہواست محتوا ظار ہے پس کو کسی حالت بیٹھنے شدینا چاہئے، اور پسٹرین گرم پانی کی یوتل رکھی رہا کرے اور انہوں کی سیقیدی و خونی السی اور چوتے کا پانی بستہ فینڈ تو گرم پانی پی جاتے سے بھی شدید علامات ظاہر ہوتی ہیں خواہ اُس کو فوراً ہی کیوں نہ اگل دیا جائے لیکن حق جل جاتا ہے پس کو چب چاپ پسٹرین لیٹے رہنا چاہئے، اور ڈاکٹر کو فوراً پلایا جائے کچھ ہوئے برف کی تھیلی گردن کے چاروں طرف پاندھوں پر اور برف کا گرد چوستے کو دیا جائے اگر کچھ گھوٹکے لے سکتا ہے تو بردھوٹکر پانی یا شربت پلایا جائے، لیکن مقویات کا عمل چند دنون تک دینا ضرور ہوتا ہے۔

”زخم اور چوت“

میروں عضو کو گرم پورا سکلوشن Boric lotion ہو دہونے اور اُسی میں پارچہ ترکر کے زخم پر رکھنے سے بنت فائدہ ہوتا ہے ٹرے زخم کو البتہ اُسی حالت پر رہنے دیا جائے، تاد قلیکر ڈاکٹر نہ آجائے، صاف گرم، اپسخ یا کڑے سے دیا کر کھنا چاہئے تاکہ خون زیادہ خارج نہ ہو جائے

خشیت نہ خصم پکوڈیں Colloidion کا ضماد
گردیا چاہتے۔

“سورج”

سورج سے فقارتِ تھیک نہیں ہوتی۔ سب سے پہلے سوچ دا لعفتوں
آرام دینا صفر ری ہے اور اس پر خوب نہستہ ڈریں گے یا یرف کی تصلی ہر
وقت، رہنمی چاہرہ، رہنمی کی بیداری شدت نہ ہو تو ارم بینک
کی جائے۔ ایک یا کھنڈتھ تک گرم پانی میں ہونی کھات ہوئی
غدوں کو ڈبوٹ رہتا پایا ہے۔ بعد و فلاں میں گرم کر کے ہاندہ، ہی جائے
اور اوپر سے راشنی پڑپے کوشیل میں ترکر کے ڈریں گے کر جیا
جائے۔

جب کسی مقام پر چوٹ لگ جاتی ہے تو کچھ عرصہ کے بعد اس مقام
پر ڈرم اور جلد کارنگ نیلا یا سیاہ ہو جاتا ہے اور مادرنگ کے بد اعتمادیا
سبب یہ ہے کہ جلد کے تیچ خون جمع ہو جاتا ہے اسکے اس حصہ کو مطلق
حرکت خودی جائے اور سر و پانی میں گدیاں ترکر کے اوس سپر کھی جائیں،
اگر مکن ہو تو مقام ماؤٹ پر برا برخندہ اپنی ڈالا جائے تاکہ پر میں برف لپیک کر
رکھنا نہایت نیزد ہے اگر چوٹ لگنے سے جلد پھٹ گئی ہو تو بہتر جو کا کہ

برف، کنے سے پیشہ اوس جگہ ویلین (Vaseline) کا دیکھ
آخشدالذکر تدبیر میں سے اگر کوئی تدبیر فوراً عمل میں لاٹی جائے تو
جلد کارنگ چندان تغیر نہیں ہوتا۔
”متوڑ“ چوٹ کے علاج میں اسکی نوعیت اور مریض کی حالت کو درنظر
رکھنا ضروری ہے، صرف چوٹ کے ظاہری لشان سے راستے نہیں قائم
کیجیں چاہئے۔

پھون یا جوڑوں میں جب موج آجائی ہے۔ تو اکثر بڑی تکلیف
اٹھائیکے بعد چوتھی ہوتی ہے۔ اس میں بڑی ضرورت اس بات کی ہے کہ عصقو
عمل کو فرایہی حرکت نہ دی جائے۔ اوسکو گرم پانی سے وصول یا جلد،
کیوں کہ حرارت پھون پختے سے بہت آرام ہوتا ہے، اگر گرم پانی میں سختی
نکش کر کر لیجا سے توزیادہ لفظ ہو گا، بعض لوگ سرد پانی کے علاج کو اس خلائق
مثیج دیتے ہیں کہ اوس سے مقام عمل کی حد تکم ہو جائی سب سے حبوب
تلیل ہوتا شروع ہو تو اوس جگہ کو خوب سہلا یا جائے کیونکہ عرصہ تک حرکت
نہ دینے سے سختی سیدا ہونے کا اندازہ ہوتا ہے

غش کے ساتھ وفتاً علیل ہو جانا جب کوئی شخص صعنف کی وجہ سے
بیوش ہو جائے تو قوراً کے علاج کے متعلق ایک قطعی راست قائم کریں
چاہئے۔ ایسی حالتوں میں مفصلہ قلیل تدبیر عام طور پر مفید ثابت ہو گئی

لیکن مختلف حالتون کے بخاطر سے مختلف صورتیوں کی

- (۱) مریض کو چوت لٹایا جائے، اور سر کے نیچے بکریہ نہ رکھا جائے زیادہ مناسب ہو گا کہ سر بسم سے نیچار ہے، لیکن سکتہ کی حالت میں ایسا نہیں ہے۔
- (۲) بابس کی تمام بندشیں خاصکر گردن، سیستہ اور کمر کے پاس

کھول دی جائیں

- (۳) اگر مریض کسی بند اور گرم کمری، مکان، یا تھیٹر وغیرہ میں ہو تو فوراً کھلی ہوا میں لانا چاہئے،
- (۴) اس کو شوم یا تخلیق سونگما بایا جائے،
- (۵) سینہ پر ٹھنڈے پانی کے چینیٹ دے جائیں، اگر مریض ہوش میں آئے تو سیستہ پر تو لیہ سرو پانی میں ترکر کے رکھا جائے،
- (۶) ہوش آلنے پر اگر صعف زیادہ ہو تو قلیل مقدار میں حرکات دے جائیں۔

جب دورے کے ساتھ پے چینی اور تشنج ہو تو سر پر ٹھنڈا پاؤ ڈالنا اور مریض کو سینہا لے رکھنا چاہئے۔ اگر جلد ہوش نہ آئے تو داکٹر کو دکھایا جائے پیشتر ایسا ہوتا ہے کہ مریض کے خیر خواہ تشنج کی حالت میں او سکے ساتھ میں پانی ڈالنے کی کوشش کرتے ہیں لیکن یاد رے کریں نہایت مضر طریقہ ہے۔

التفاقی حوادث میں تیمار داری

ہندوستان میں اکثر ایک مقام و دوسرے مقام سے استمرار و درگا ک وقت پر طبی امداد کا یہم پہچنا مشکل ہوتا ہے، اسے دالدین وغیرہ کو اس طریقہ سے وقف ہونا ضروری ہے، جو ایسی ناگہانی ضروریات اور اتفاقات مواقع پر انکو اختیار کرنا چاہئے۔

شام الافقی حالتون میں مریض کی سلامتی تیمار داروں کی ابتدائی تباہ پر بوجہ تھصر ہے، ان صفات کے بھائی سے اگر مان کو تاگھانی حالتون میں تیمار دار کرنا بخوبی آجائے تو اسکو اس واقعیت سے سرت بخش اطمینان حاصل ہو گا وہ کسی دوسرے کی چانچلے اور پنچ پیچ کی تکلیف کم کرنے کے قابل ہو سکتی ہے،
 (۱) ہوش و حواس قائم رکھنے، اور استقلال مزاج رہنے کی کوشش،
 اور قبل کسی طریق علاج شروع کرنیکے دل میں ایک قطعی راے قائم رکھنی چاہئے، اسکے بعد جو کچھ کرتا ہو اسکو اطمینان اور استقلال کے ساتھ انجام دیا جا اور پھر کسی کی صلاح سے کوئی تغیری تبدل نہ کیا جا سے ماکیونکہ اس سے فلاہ و تاخیر کر مریض کی تکلیف بر جہ جاتی ہے۔

(۲) مریض کو جس بیل آرام میں اوسی بیل شنا چاہئے، اعموماً چلت لیتے میں آرام ملت ہے لیکن اگر ساتھ لیتے میں کچھ وقت معلوم ہو تو جسم کے اور پر کا حصہ

ذراء و نچا کر دیا جائے۔

(۳) اگر مریض کا جسم سر و معلوم ہو تو چادر اور ہادیتی چاہے اور اگر سے ساتھ ہجڑیاں خون کی زیادتی نہ ہو تو سہلا کریا اور کسی طریقہ سے جسم گرم کر دینا چاہئے مولیعین کو کوئی بخراک شے نہیں جائے اور البتہ اگر اسکو بے حد ضعف ہو جائے

یا پیشیں مشکل سے فریادہ بیویوٹی طاری رہے تو محکم شنسے دیجا سستکتی ہے۔ لیکن قلیل تقدیر یعنی جموی خراش اور خون کی حالتین جنکے لئے کسی داکٹر کی ضرورت نہیں ہوتی بسا اوقات خراب علاج کی وجہ سے نہایت تکلیف وہ پاختنناک ہو جایا کرتی ہیں، اسلئے اگر ذکر شے جائے یا کوئی محمولی سخن ہو جائے تو اسکا خود سے علاج کرنا چاہئے۔ زخم کو اگر مکن ہو تو پیغم گرم پانی سے دھونا چاہئے ورنہ ٹھنڈا یا جوش کیا ہوا پانی یا فلتر کا پانی اوس پر پہنانے کے بعد عمان ممل کے لئے داکٹر پوچھو ڈالتا چاہئے اس تدبیر سے گردوامیں بالکل نکل جاتی ہے پاپھر کٹ ہوئے مخاگم کے دونوں سخن اچھی طرح ملا کر اور پر سے مرجم کی ٹپی یا نہروینی چاہئے جب زیادہ کٹ جائے تو جس رگ سے خون جاری ہوا اسکی نہایت علاج کرنے کی صرورت ہوتی ہے۔

جسم میں خون کا دوران تین قسم کی رگوں یا عروق کی زیادتی سے ہوتا ہے۔

(۱) سخ خون کی رگیں جنہیں عربی میں شرائیں، اور انگریزی میں

آرٹریز *Artery* کے تین

(۲) نیلی رگیں جنہیں عربی میں وریدا اور انگریزی میں دنیز ریوں

کہتے ہیں

(۳) بال کے مانند پاریک رگیں جنہیں عربی میں عروق شریانی اور انگریزی میں کپیلیز (Capillary) کہتے ہیں۔ جو چوتھی چھوٹی شریانی اور پستلی رگوں کو ملا تی ہیں اُن ماؤریدوں سے زیاد بیم کے اندر رکھی ہوتی ہیں۔

آخر خون کی رگیں جو اور پر تطری آتی ہیں وہ تیلی رگیں ہوتی ہیں ان تین قسم کی رگوں میں جو خون دوڑتا ہے اوس کا رنگ مختلف ہوتا ہے قشر میں کچھ خون کا رنگ خوب سرخ اور ورید کے خون کا رنگ سیاہ، مائل بسیاہی ہوتا ہے اور عروق شریعہ کے خون کا رنگ دریا نی ہوتا ہے۔

ان رگوں سے جس طریقہ سے خون نکلتا ہے اور جس رنگ کا وہ ہے اسکے فرن پر غور کرتے سے معلوم ہو سکتا ہے کہ کہاں سے یہ خون آتا ہے ایک زخمی شریان سے جو خون نکلتا ہے وہ خوب سرخ ہوتا ہے اور اول کی حرکت کے ساتھ خون کی دہار نکلتی ہے، برخلاف اسکے زخمی ورید (نیلی رگ) سے جو خون نکلتا ہے اوس کا رنگ سیاہی مائل ہوتا ہے اور وہ برا بر نکلتا رہتا ہے، اور عروق شریعہ سے جو خون نکلتا ہے وہ زخم سے نکلتا ہے،

اگر مناسب طریق سے دبایا جائے تو خون پنڈ ہو سکتا ہے یا یاد رکھنا
چاہیے کہ زندگی کا دار و مدار دورانِ خون پر ہے اور دورانِ خون کا مرکز
قلب ہے۔

قلب سے دورانِ خون اس طرح پر ہوتا ہے کہ پوری جسم سے ورید و ٹکڑی یہ سفرِ خون
جیسیں کافی ہوں کہ اسکی اسکیں *Carbonic acid gas* ہوتی ہے قلب میں پہنچنے
اور قلب سے صافِ خون جیسیں اُکسیجن ہوتی ہے شریانوں کے ذریعہ سے
پورے جسم میں تقسیم ہوتا ہے اور حیب اسِ خون میں خراہی پیدا ہوتی ہے
تو عروقِ شعریہ میں گز رہتا ہو اور یہ دون کی رہا پھر قلب میں پہنچ جاتا ہے
غرضِ مازلیتِ انسان یہ دورہ اسی طرح جاری رہتا ہے اگر اسیں کسی تسلیک
روکاٹ پیدا ہو جادے تو انسان کی مازلیت معرضِ نظر ہوئی
ہو جاتی ہے۔

اسی طرح اگر خون کسی سبب سے جسم سے خارج ہو تو شروع ہو جائے
اور اوسکے انداد کی تدبیر نہ کیجاے تو موت واقع ہو سکتی ہے لہذا مندرجہ
ذیل تدابیر پر عمل کرنے سے خون پنڈ ہو سکتا ہے اگر زخمی ورید سے خون
آفنا ہو اور دبائی سے پنڈ نہ ہو تو عضو کے گرد ایک پیشی اس طرح باندھنا
چاہیے کہ کٹھے ہوئے مقام کا وہ رخ جو قلب سے دور ہو اچھی طرح
دبار ہے۔

رُخی شریان کے خون کی وضار زیادہ تر زخم کے اس نفع سے جوچنگی کے ساتھ نکلتی ہے اجو قلب سے قریب ہوتا ہے اگر دیانتے سے خون پندت ہو تو خوب کر رُخی عضو کے گرد پٹی باندھی جائے اوس مقام پر خاص کر زیادہ دیا و پڑنا چاہتے جو قلب سے قریب ہو۔

اگر کسی سبب سے جسم کے بہروںی حصہ سے خون آتا ہو تو کوشش کرنی چاہئے کہ رُخی عضو پر پورا دیا و پڑتے اوسکو حیم سے اوپنچار کھتنا چاہئے اگر مانگ میں زخم ہو تو مریض کو چوت لٹاگر مانگ اوپنچی کی جائے دیانتے کے لئے کوئی نرم چیز استعمال کی جائے ایسے رومال اسفنج یا اونگلیاں اگر مندرجہ بالا درج کا رگر نہ ہوں، اور خون معمولی طور پر دیانتے سے بھی جاری رہے تو ٹھیک خون نکلنے کی وجہ کے گرد جتنی الارکان کر پٹی باندھنے کی ضرورت ہے کسی داکٹر کو قور ابلو یا جائے ایا مریض کو سپتال یا جہان علاج میں سہولیت ہو لے جائے پٹی معمولی کپڑے دستی رومال یا پرٹکی ڈوری کی بیانی جاسکتی ہے۔

اگر کھوڑی میں رُخم ہو تو اس پر کوئی نرم کمپڑا رکھ کر دیا جائے جیسے دستی رومال، روٹی یا صوف کا پچایہ اگر ایسی کسی شے کی گدی رکھنے اگلیوں سے دیا جائے تو بیشتر فوراً خون پندت ہو جاتا ہے۔

چہرہ اور جگہ کا خون بھی عموماً اس طریقہ سے بستہ کیا جاتا ہے یعنی رُخی جگہ پر گدی رکھ کر اتنا دیا جائے کہ نیچے کی ہڑی سے

مل جائے۔

جب خون کسی مادف مقام سے پیسے زخم یا پھوڑے وغیرہ سے نکل جو اور دیانتے سے جریان خون موقوف شہوتا ہو تو بولی کے چند پیلے یا پر ایک رکھارکس کر باندھوا سکتے تبارک رکیب یہ ہے کہ عدہ قسم کی روپی کو پھٹکری کے پانی میں یا عرق فولاد میں ڈکر کے آہستہ آہستہ سکرا بیا جائے اگر خون بند کرنے والی روپی نہ ہو تو مجموعی روپی یا ملک کی گدی ٹھنڈے پانی میں ترکر کے زخم پر اچھی طرح باندھ دینی چاہئے۔

مثوم دریدون، یعنی خون کی رگوں میں تر ہوتے ہیں۔ جو دوار ان خون کو ایک مناسب حالت پر رکھتے ہیں، انکے خراب ہو جاتے ایسی مادف دریدین خون سے پر ہو کر بھیل جاتی ہیں جبکہ مثوم دریداں میں پھٹ جاسے تو پیر کو جسم سے اوپنجا کر کے زخم کی سیخ کوئی رومال یا پٹی صنبوٹی کے ساتھ باندھ دیجائے

اگر ناک کی کسی درید کو صدمہ بخچتے سناؤں سے خون جاری ہو جائے تو سرد پانی یا برف سے دھونا چاہئے۔

بعض لوگوں کے زیادہ تر ناک سے خون نکلا کرتا ہے، اور اگر شبہت خون نکل جاتا ہے۔ پچون اور کمزور مریضوں کے حق میں یہ نہایت مفر ہے، اسلئے کوئی جریان خون بند کرنے کی تدبیر اختیار کرنا چاہئے۔ ایسی حالت میں مریض یا

مریضہ کو آرام سے چت لانا اگر گردن کو ٹھنڈک پہنچانا اور ناک پر سرد پھایہ رکھنا
چاہے اگر اس پر بھی خون بند نہ ہو تو پہاڑے دُولی میں یا اندر حکم تھنڈے میں داخل
کرنا چاہئے، استھن اسی کام کا نتیجہ میں زیادہ خون نکلنے کا نہایت انذیرہ ناک ہے
یا کش مدد کے پھوڑے یا مرض دل کی علامت ہوئی ہے یا کسی صورتوں میں ہمہری
تمہیر ہے کہ مریض کو بالکل ساکت رکھنا چاہئے اوسکو ہرگز بات نہ کرو زیادہ
صرف تازہ ہوا طی چاہئے اور وودھ یا پافینٹ مفت ڈاکٹر یا جاہے، اگر جریا
خون زیادہ ہو تو ٹھنڈے پانی میں لو لیہ چکو کر سستی پر کھا جائے اگر پھوٹھوکی
کسی پیشی ہوئی رگ سے خون جاری ہو تو مریض کو روشن تارپیں کا بچپارہ یا
بھاٹے، اسکے تیار کرنے کی ترکیب یہ ہے تین بڑے تیکے بھرتا رہیں کے تین
ترپیاں میں پاؤ اپلتا ہوا پانی ملا کر جاے اس میں سے جو بھاپ نکلے وہ پیش
سنگھاڈی جائے۔

جریان خون میں مریض اکثر کمزور اور بھوٹی ہو جاتا ہے یہ کوئی خطرناک نہ
ہے، دوران خون میں سکون یا استی پیدا ہو جاتے سے جریان خون
آسانی سے بند ہو جاتا ہے کیونکہ اسکے دوران اور دباؤ میں تحقیق ہو گئی
وجہ سے خون فوراً پھوٹی چھوٹی بیشکیوں کی شکل میں جم جاتا ہے جس سے
ماوف رکین قدر تا بند ہو جاتی اور جریان خون قوت ہو جاتا ہے اگر غشی تیارہ دیتے کہ
جاری رہے اور جریان خون میں کسی شہ ہو تو مریض کو کسی تمہیر ہو شکن چاہئے

اس موقع پر میں تمام خواتین کو تاکید کر ساتھ اس طرف ہو جو لاوگی کر عموماً
اتفاقی حادث اور بالخصوص چوتھا در زخم وغیرہ کو تعلق دینے والے جان بیویوں سے سائیں
کتاب میں نہایت بھی پر اور جو طبقہ اخیر میں تباہ کے ہیں آسانی کر ساتھ سکیو جا سکتے ہیں ان
کتابوں کا ارد و تر جبکہ ہر ہوا ہر حال ہی میں ایک کتاب کہ جو فائدہ عام کرنے والی ہے جو حنفی علیہ
سلسلہ العارفین تعلیم کر رہا ہے مولیٰ علیہ السلام اور خواتین اور سکون آسانی کر ساتھ پڑھ سکتی ہیں۔

مر لیضوں کے غسل کے مختلف طریقے

فسفا ہوئے کیے بعد مر لیض کو داکٹر کی ہدایت ترین خاص اقسام کے غسل انہیں
ایک مل توادی کہ میں دینا چاہیے جسیں مریضہ دران مرض ہیں رکھا گیا ہو غسل کے
بعد مر لیض کو صاف اور گرم مل میں پیٹ کر دست صاف ستر کر کہ میں لیانا چاہو جو مر
پاک و صاف ہو ایک غسل بیان دینا چاہو مریض کو اوس کر دینے جانا چاہیے جو مرض کو
ہو چکا ہو مریض کوئی روشنک غسل کرنا چاہو۔ غالباً کامیڈی فلپپو *Condyloma* فلپپو

طریقہ کا غسل سب سے عمدہ ہے شکر وہی ہے جو خسرہ کے لیپ کے لئے ہے۔

بثور دار امراض اور بالخصوص اسکارٹ فیور (دوہ بخار جسمیں) اسے پر جاتے
ہیں) اور چمک کے مر قش میں شروع سے ہی بالوں خوبیاً پر ایک کترہ دینا چاہئے

لہ لیپ لانجھ جس سے اسکارٹ فیور اور خسرہ میں مر لیض کو جسم پر لیپ کرنے سے سہیت
دور ہوتی ہے اور چمک کسہ ٹھاڈ اور پھری سے گرد و پیش کی آب و ہوا خراشیں لیتی

روغن کا جو پتھ۔ ایک پچھے

روغن تغمہ کا ہو یا اسکلین۔ پندرہ پچھے

پا سری منڈ وادیتا چاہئے اس سے مریض کو بہت آرام لتا ہے اور مرض کی
کثافت بھی بست پکھم دور ہو جاتی ہے۔

جسم اور سرکو خوب اچھی طرح پاک کرنے کے علاوہ کانون اور ناک اگلے
کابھی خیال رکھتا چاہئے کیون کہ ان مقامات پر مرض کا اثر دیر پاہوتا ہے اور مگر
ایسی صورت میں جبکہ مادہ کا اخراج ہوتا ہے تو استیصال مرض کے لئے بچکا ہے
صاف کرنے والے اور حشر کرنے کی بہت سخت ضرورت ہے غسل کے بعد
مریض کو صاف شہر کے کپڑے جو مرض سے پاک و صاف ہوں پہنائے جائیں
مگر بھروسی یہ اختیاط لازم ہے کہ مریض بچہ کو اور بچوں کے ساتھ نہ کیلئے دیا جائے
دو ماہ تک قرنطینہ میں سب سے علیحدہ رکھنا چاہئے جیسے قدر زیادہ امکان میں
ہو مریض کو ایسی چکر رکھنا چاہئے جہاں وہو پاک اور صاف ہو اور آئی ہو پس
پیشو۔ بیوسات اور اسی قسم کی دوسری چیزوں کو بھاپ یا گرم ہوا میں رکھا جائے
تمام دبات کے برتن۔ بھٹی کے برتن۔ اور تلفی یا مینا کارسی کے برتنوں کو
بیس حصوں میں ایک حصہ کارپولک میں چوبیس گھنٹوں تک
بھگو دینا چاہئے۔

کتابوں کملوں اور مرہج پی کے ایسے سامان کو جیسے اونچ اور
سوئی کپڑے۔ پہاہے۔ پیوں وغیرہ کو جلا دیتا چاہئے۔

اگر کرہ کی دیوار و دن پر روغن پرا ہوا ہے یا والرنس کیا گیا ہے تو کوئی

کشافت دور کرنیکی دو اسے دھو کر صاف کرنا چاہئے یا فارم الائی ہائیڈ
CH2=O Formaldehyde سے پاک و صاف کرنا چاہئے۔ لیکن اگر دیوار پر
 کاغذ لگا ہوا ہے۔ تو صاف کرنے کے بعد اسکو نکال کر نیا کاغذ لگانا چاہئے
 تمام لکڑی کی چیزوں اور قریش کی خوب دھو کر صاف کرنا چاہئے۔ اور
 اونکی کشافت دور کرنا چاہئے۔ چوت کو کمر پر جو اکریا تو چونے سے قلعی کرنا انی چاہئے
 یا روغن پر وانا چاہئے۔

کتل کا عسل

ایک گرم اور خشک کتل کو مریض کے سینچے رکھو دیا زیادہ کتل اور لیکر
 مریض کو اپر اور پاؤ دو۔ بعد اتنا تھوڑی لمبی سات او تارلو۔ تیاردار کے پاؤ
 گرم پانی کے طرف موجود رہنے، ایک میں خوشپور دار سرکہ یا تھوڑی سرکہ یا یوہی
 طارہے اس سے میں بھی روپی موجود رہتا چاہئے جس سے صابن کے جہاگ
 صاف کرنے کے لئے اپنچھ کا کام لیا جائے گا۔ وہ سرے طرف
 میں بھی روپی موجود رہے۔ پانی میں پلے ہی سے صابن ملنے
 چاہئے۔ بہت سے گرم خشک تو لئے موجود رہتا چاہئے وہ تو لیا
 پاؤ در بھی ہونا چاہئے۔ بخار کی حالت میں جسکے دلے پر جاتے
 ہیں ایک لشتری میں صفا واقع سمیت بھی موجود ہونا چاہئے

چند جنیں پس موجود ہو جائیں تو پہلے مریض کا چھڑا دھوکہ خشک کرنا چاہئے۔
پھر کان اور گردن اور سینہ اور دماغاً بازو۔ بایان بازو۔ پھر کرپر پشت۔
پھر کرپے بیچ اور سب سے آخر میں پاؤں۔ غرض کہ ہر ایک حصہ کو علیحدہ علیحدہ دیوبند
خشک کرنا چاہئے اور پھر نہایت احتیاط کے ساتھ کسی صاف ملامٹ کپڑے یا لایک
کپڑے سے پیٹ دینا چاہئے۔ ماش سب سے بعد ہر فی چاہئے کچوڑک تیار کر
ہاتھ لیپ میں گرسے ہون گا اور اس کا وقت ضائع ہو گا۔

سرد اسٹنچ پھیرتا بست تیز بخار کی حالت میں مریض پر سرد پابرت ملے ہے
پانی یا پانی اور سیکھی فائدہ اسپرٹ Rectified Spirit اسکا

ملکر جس میں ایک حصہ اسپرٹ اور ۲ حصے پانی ہو یا یوڈی کلوں
Eau-de-cologne در پانی میں ٹاکر اسٹنچ پھیرتا چاہئے۔
ایسی سورجیون میں جلد کو کچھ منٹ تک ہوا میں کھلا رکھتے ہیں۔ کمل وہ
غسل کی طرح احتیاط کے ساتھ پیٹیتے نہیں ہیں۔

سرد کپڑوں میں لپٹنا بعض اوقات مریض کو سرد کپڑوں میں لپٹانا جاتا ہے
مریض ایک چادر پر جس پانی کا اثر نہیں ہوتا لپٹتا ہے اوس کے کپڑے نکال کر
چاتے ہیں۔ اوسکو پانی سے نکالی ہوئی چادر یا بست سے تولیوں میں پیٹ
ویتے ہیں۔ پانی ضرورت کو مطابق تحریکونا چاہئے۔ اب اس چادر یا تولیوں کے
ایک خشک چادر ڈالتے ہیں۔ پیٹ کی سردگرمی دیکھنا چاہئے احمدیہ، حبیب

حرارت رہ جائے تو مریض کو ان کپڑوں میں سے مکال لینا چاہیے خاص
خاص صورتوں میں ڈاکٹر خود اپنی رائے دیجایے چند باتیں ہدایت عامہ کے
لئے ہیں ۔

گرم کپڑوں میں پیشنا گرم کپڑوں میں پیشنا کی او سوت ہنر و رت پرستی ہے
جب کہ دوران خون کرانا مقصود ہوتا ہے مثلاً بعض بخاروں میں جب دو ڈر
کامل طور پر نہیں نکلتے اور گردے کی بیماریوں میں جب کہ پیشایب بہت کم
ہو جاتا ہے ایسے وقت میں مریض کو گملوں میں پیشنا میں اور نیچے والے
کسل کے نیچے ایک داٹر پروف چادر پہا لیتے ہیں ۔ ایک کپڑہ گرم پائیں
(جو قریب قریب ۱۰۰۰ فیترن ہائٹ درجہ پر ہو) ڈیوگر مریض کو جلد حلہ پریٹ
ویتے ہیں ۔ اسپر ایک موٹا گرم گمل ڈال کر مریض کو بخاروں طرف خوب
اچھی طرح پیٹ دیا جاتا ہے سس پر اور دو گمل بھی ڈال سکتے ہیں ۔

یغسل اس طرح تیار ہوتا ہے کہ ایک گلبیں پائی میں
ایک دنسی کی ٹلاد بینی چاہئے اسی کا ضماد بنائ کر پائی میں رفتہ رفتہ خوب حل کرنا
چاہئے ۔ بارافی کو ٹلکی کی دسیلی پولی میں باندھ کر اس قدر ملانا چاہئے کہ دو گلبیں
بلجاوے ۔ بعض امراض قلبی کے واسطے ناہم باقی جو بیان پر بھی مثل ناہم کے
بنایا جاتا ہے ۔ اور امراض عصبی کے لئے الکٹرک باقتدریتی بجلی کے ذریعے
جغسل دیا جاتا ہے سفید ہے ۔

ڈاکٹری و طبی اوزان پہنچانے اور راون کا بارہمی مقابله

ڈاکٹری اوزان		ڈاکٹری پہنچانے	
۰۔ گرین	کا	ایک سکرول	۰۔ بوجہ
۰۔ گرین یا سکرول	کا	ایک درام	۰۔ ڈرام
۰۔ ڈرام	کا	ایک اونس	۰۔ اوونس
۰۔ اوونس	کا	ایک گلش	۰۔ اونس
۰۔ اونس	کا	ایک پونڈ	۰۔ پونڈ

ستیال ادویات ناشے کے عام پہنچانے

ایک چاۓ کا چھپی بیانی سپون فل	سہ ماشہ	۰۔ اور اغم	۰۔ ڈرام
ایک دیانی چھپاٹی سپون فل	دعا شہ	۰۔ ڈرام	۰۔ ڈرام
Dessert spoonful			
ایک چھپاٹی سپون فل	لیٹا نولہ	۰۔ ڈرام	۰۔ ڈرام
ایک شراب پینے کا گلاس یا وائین گلاس فل	چھٹا نک	۰۔ اوونس	۰۔ اوونس
ایک چاۓ کی پیالی بیانی کیپ فل	وہنناک	۰۔ اوونس	۰۔ اوونس
ایک ٹرا گلاس پانی کا یا ٹیکر فل	چھٹا نک	۰۔ اوونس	۰۔ اوونس

طبی اوزان	مقابله ڈاکٹری و طبی اوزان کا	
سمرسون	کا	ایک گرین
جو	کی	ایک سکرول
حرتی	کا	ایک ڈرم
ہماشہ	کا	ایک اوونس
ہنولہ	کی	ایک پونڈ
۱۶ چھٹا نک	کا	تقریباً سیر

مقدار خوراک ادویات بستہ عمر

اصطلاح اطباء میں شربت کے معنی ایک خوراک دوا کے ہیں خواہ وہ دوا تر ہو یا خشک۔ اگرچہ یہاں پر قدر شربت ادویات بقاعدہ ڈاکٹری بیان کیا جاتا ہے مگر یہ قاعدہ دادویات طبی کے لئے بھی تہایت مناسب معلوم ہوتا ہے، چنانچہ ہر ایک مردیش کو متاثبِ عمر کے لحاظ سے اسی قاعدہ کی رو سے دوا دینی چاہئے۔

۱۰ گین یا ۰ ۶ بونڈ ہو	اگر کسی دو داں کی خوراک یک جوان آدمی کے لئے
۳ " یا ۰ ۲ ہوگی	تو چہہ ماہ سے کم عمر کے بچے کے لئے
۳ " یا ۰ ۴ ہوگی	اور چہہ ماہ سے یک سال کی عمر والے کے لئے
۵ " ۰ ۵ ہوگی	یک سال سے دو سال کی عمر والے کے لئے
۸ " ۰ ۸ ہوگی	دو سال سے تین سال " " "
۱۰ " ۱۰ ہوگی	تین سال سے چار سال تک " " "
۱۵ گین یا ۰ ۷ بونڈ ہو گی	چار سال سے چھ سال کی عمر والے کے لئے
۲۰ " ۳۰ ہوگی	چہہ سے دو تسلی سال " " "
۲۵ " ۴۵ ہوگی	دش سے تیرہ سال " " "
۳۰ گین یا ۰ ۸ بونڈ ہو گی	تیرہ سے سول سال کی عمر والے کے لئے
۳۰ " ۴۵ ہو گی	سو لے سے اٹھارہ " " "

اٹھاڑہ سے بیس سال کی عمر والے کے لئے
کریں سے ساٹھ " " " ۹۰ ۸۴ ۶۰

بارہ سال تک کی عمر کے بچوں کے لئے کسی دوا کی خوراک کی میں
کرنے کا ایک یہ قاعدہ بھی ہے کہ اگر سچے کی عمر کو اوس کی عمر جمع بارہ پر تقسیم کروں
توں صل تقسیم دوا کی خوراک معینہ ہو گی مثلاً دو برس کے سچے کے لئے کوئی کی
خوراک معینہ $\frac{1}{2} : 2 = \frac{1}{2}$ ہو گی ایعنی جوان آدمی کی خوراک کا ساتھ
مگر کئی ایک موائیں اس قاعدہ کا لیے سنتے ہیں ہیں خاص کردہ دوائیں
جن کی بچوں کو خاص طور پر زیادہ برداشت ہوتی ہے مثلاً کیلو مل بلا دو نامیوں میں
Poison. سکیا وغیرہ یا دوائیں جنکی بہت نہری

مقدار بھی بچوں کے لئے خطرناک یا حملک ہوتی ہے جیسے افیون۔

لُوقٌ - طین یا سس میں دوا کی خوراک بچوں میں نسبتاً قدر سے زیادہ ہوتا
ہے مثلاً کھیں مگر مٹتی دوا ہمیشہ مقدار معینہ مذکور کوئی تقدیر کم ہی ہو تو بہتر ہے
ساتھ برس سے زیادہ عمر کے اشخاص کے لئے دوا کی خوراک پوری خوراک کے
فرماک ہونی چاہئے کیونکہ پڑ باپے میں طبیعت ضعیف ہو جایا کرتی ہے۔

بہت سی ادویات چو و قلت ضرورت عمل و خیر کے قدر یہ استعمال کی جاتی ہیں

اوٹکی مقدار معمولی خوراک معینہ سے قدر سے زیادہ کرو دیتے ہیں۔ جب جلدی
پچکاری کے ذریعے کوئی دوا زیر جلد استعمال کی جاتی ہے تو اسکی مقدار معمولی

خوراک سے کسی قدر کم اور بعض اوقات نصف کر دیتے ہیں۔

فہرست ادوبیہ جو خانگی و داخانگی میں ہونی چاہتے ہیں

کیسٹر اول سادہ Castor oil کیسٹر اول ایمیش Castor oil

دراچنی لکوئید مگنیشیا Liquid magnesia سائز بی آف

بیکاربونیت آسچ دا سودا نیکلریک Bicarb of soda Citrate of soda

آف پیا شم کوئین سلف. Quine sulf. Kromide of Pot.

Dill water, Doreis powder, Ipocacuhna

واٹرکاربونیت یعنی اکٹھائے نک *Oxide of zinc* بوسکایٹ Lime water

تائنیکی میکرین گلیسرین گلیسرین پینکت بورادیک اسید Tannic Glycerine Glycerin Pinckt Boradic acid

لotion عکس ایودین Tr. of iodine پلکوئید آن گری glycerine

Glycerine لیچین Lead lotion لیچن of perch of mercury

کلورین Chlirodine اجوان سونف گلقتہ نیکو

سالگ لکخنگ روت عناب ملیٹی رب الوس نک سیلانی و آپنی بخوبیں

عقل روعن بفشه شهد نوسادر مصطفی

بچوں کو دینے کی ملکی اور سادہ غذا بینے اور مشروبات

(۱) دودھ، اور سلیس فود

له یہ خدا میں نوجوانوں کو بھی دی جا سکتی ہے۔

اجزا رسیلینس فود

گرم پانی

دودھ

دو بڑے چچے بہر کے

دو بڑے چچے

اس قدر کہ کل مرکب ایک پنٹ ہو جائے

تقریب - ایک پیالہ میں رسیلینس فودڈا لکرا وس میں گرم (جو اوبنتا ہوا نہو) پانی ملا کر اتنا ہلا گو کہ پی سا ہو جاوے پہر تقریب گرم پانی ملا کر ہلا گوا سکو بعد دودھ شرک کرو

(۲) روٹی، اور دودھ

اجزا اور ڈبل روٹی کا ایک موٹا ٹکڑا

دودھ نصف پائیٹ۔ ()

رسیلینس فودڈ ذائقہ کے لئے

تقریب - روٹی کا ٹکڑا ایک برتن میں رکھ کر اوپر دودھ دالا جائو اور چند سنت تک اوس میں روٹی بیگنگی رہے۔

استعمال کے وقت رسیلینس فودڈ اور فوراً سانک چپرک لیا جاوے۔

(۳) رسیلینس فودڈ کے بیکٹ اور دودھ

اجزا - دودھ ڈیرہ پائیٹ ()

رسیلینس فودڈ کے بیکٹ ۶ یا ۸

تقریب - دودھ کو تقریباً ۱۲۰ درجہ فرین ہائیٹ تک گرم کیا جائے بیکٹ ایک پیالے یا چپوٹ برتن میں رکھ کر اتنا گرم دودھ دالا جائے کہ وہ اُس میں جائیں

(انداز آپا بچ جو سے ہے) اور جبہ مٹ تک رہئے دیا جائے، اس کے ایک چھ سے پہنچے ہو سے بگٹوں کو پھینٹ کر لیسی ساہنا کر لقیہ وودھ شرکیں کر دیا جائے
(م) طیس فوڈ کے ہمراہ دو وودھ اور ۱۰۰

اجزاء انڈے ۲ عدد

طیس فوڈ ایک بڑا بچھے

د وودھ ایک پستہ

ترکیب۔ انڈوں کو اچھی طرح پھینٹ کر طیس فوڈ میں جو قیل سے گرم ہائیں گلاہو ہو ڈال دین اور اچھی طرح ٹھاکر دو وودھ شرکیں کر دین۔

(۵) انڈے کی سفیدی اور دو وودھ

اجزاء انڈے ۳ عدد

دو وودھ ۲ بڑے بچھے

طیس ایک متوسط بچھے بھر

ترکیب۔ دو وودھ کو جوش کر کے خندکر لیں اور انڈے کی سفیدی نکال کر علیحدہ کر لیں پھر طیس فوڈ مٹوڑے گرم ہافی بھیج ل کر دو وودھ میں الین جہا زان یکل سقدر انڈوں کی سفیدی میں ڈال کر ٹھاک دیں۔

(۶) کارنفلاؤر Corn flour

اجزاء کارنفلاؤر ۷ چار کی پیالی

ایک پائینٹ	دو دھر
ایک ستو سطح پچ	ٹکر
لیس فوڈ ۲ بڑے چھے	

تکریب کارن قلا در میں اتنی مقدار دو دھر کی شرکیں کہ مانے لئے پہی سا ہو جائے۔ اسکے بعد دو دھر کے پتھر حصہ کو جوش کر کے کارن قلا در میں فی الدین پھر کسی برتن میں اونڈیل کر، استنک بلکی آپخ پر جوش کریں جوش حیثیت پر اپنے چھاتے رہنا چاہئے جب جوش ہو جائے تو غزال میں اور غکرا و غنیس فوڈ کا ک چند سکنڈ تک اچھی طرح چلانے کے بعد کسی سرداپانی سے دھو سے ہو سے برتن میں نکال لین۔

(۷) چاول کی لمبی

نصف پیالی	چاول	اجزاء
ایک پائینٹ	دو دھر	
ایک ستو سطح پچ	ٹکر	
لیس فوڈ ۲ بڑے چھے		
ایک چھوٹا کھانا	لیمون	

تکریب کارن قلا در تیار کرنے کی جو تکریب لکھی گئی ہے اوسی طرح سے اسکو بھی تیار کیا جاس کارن قلا در پر چاول اچھی طرح او بال لینا چاہئے۔ تاک نشاست بخوبی پکے

اور جلد پختہ ہو سکے۔ تھوڑا سا میں فود کھاتے وقت اور سچھپر لیں۔

(۸) دہی

احسزار۔ دودھ و دودھ ۳ چھٹانک

ضامن یک چھپر جاء

تکریب۔ نصف پانچ (۵ چھٹانک) کو دو دو کو فرا کرم کر کے ایک چپر کا
چھپر ضامن فال کر کر کو اچھی طرح ہلا دیجئے، اس کے بعد فیر نی کچہ سیالوں
ٹکال دیجئے۔ تھوڑی دبر میں حجم جائیگا لیکن برلنون کی بہت اختیار طریقہ ہے
جو تکریب س نکلت کر سکتی ہے اوس کے مطابق دھولیں و رصاص کریں
اور برلن کبھی کھلا ہوا نہ چھوڑیں۔

(۹) انڈے اور میں فود کی مشحانی

احسزار۔ دودھ ۱۰ اپنٹ (۹ چھٹانک)

انڈے ۲۰ حدود

شکر ایک متوسط چھپر

میں فود ایک متوسط چھپر

نک ایک چینکی

تکریب۔ تھوڑے گرم پانی میں میں فود گھول لیں اور دو دو علیس ہے
ایک برلن میں جوش کر لیں پھر انڈے اچھی طرح پھینٹ کر اوس میں

تھوڑا سوراگرم دودھ ڈالیں اسکے بعد ایک برتن میں اونٹیل کر لینیں فوڑ اور شکر اور نمک لاؤ کر دو تین منٹ تک پکائیں۔ اور پر ابر چلاتے چائیں۔ اس طبقہ سوچیہانی تیار ہو جاوے گی۔

(۱۰) فیرنی

ایک پیالی	اچزار	تازہ دودھ
۳ عدد	انڈے	
ایک ٹبرچہ	شکر	
ایک ٹبرچہ	لینیں فوڑ	
ایک چمکی	نمک	

ٹرکیب — انڈوں کو کسی برتن میں اچھی طرح پھینٹ کر دودھ، شکر اور لینیں فوڑاوس میں ملا دیں۔ پس ایک ٹوش میں اونٹیل کر لیکی آئندہ آؤدھ گھنٹے پکائیں، اگر تیز آئندہ پر پکایا جائے گا تو اوس میں جابجا سوراخ اور پامی رہ جائیگا۔ اس قسم کی فیرنی کو زیادہ اپالانا نہیں چاہئے۔

(۱۱) فیرنی

۲ پیالی	اچزار	تازہ دودھ
۴ عدد	انڈے	
ایک ٹبرچہ	شکر	

ٹینس فوڈ

۲ پڑے لیچے

نک

چمگی بہر

ترکیب سے انڈوں کو ذرا پھینٹ کر شکر اور ٹینس فوڈ شریک کر کے خوب چلائیں
پھر دودھ کو برا سے نام نک ملا کر ایک ٹش میں اونٹیں لین اور ٹش کرنے تک
ہو سے پانی کے برتن میں رکھ دیجائے جب کہ میں پتھر میں گاڑی ہو جائے
اوس کو ٹنڈا کر کے کھایا جائے۔

(۱۲) چمپیو کہ کی۔ کمیر

اجز ارت چمپیو ک

۲ پڑے لیچے

ایک پنٹ

دودھ

انڈے

۳ عدرہ

۲ پڑے لیچے

فراسا

ٹینس فوڈ

نک

ترکیب چمپیو کہ دہو کر گرم پانی میں بیکو دیں۔ یہاں تک کہ بالکل فرم
ہو جائے پھر دودھ ملا کر پکالیں جب چمپیو کہ صاف ہو جائے تو انڈوں کی تری
اور ٹینس فوڈ کو اچھی طرح چینٹ کر اوس میں چمپیو کہ ڈال کر پھر چولے پر چڑھا کر چاہئے
تک پکالیں۔ اوسکے بعد اوتار کر انڈوں کی چینٹی جوہری سفیدی اوس میں ملائیں
اگر دو انڈے بھی مٹائے جائیں جب بھی کمیر مزے دار ہوگی۔

(۱۳) چانوں کی گھیر

۱ بُرے پچھے	چانوں	اجزاء
۲ بُرے پچھے	لینس قوڈ	
۲ تھوہ کی پالی (ایک پنٹ)	دودھ	
ایک ٹیکچر	شکر	
نصف چار کا چمچہ	نک	

ترکیب - چانوں کو دہوکر دودھ اور نک اوس میں ملا کر پالیں جب چانوں باکل نرم ہو جائیں اور دودھ خشک ہو جائے تو لینس قوڈ اور شکر کرم پالی میں گھول کر اوس میں ملا دیں۔

(۱۴) دودھ کی جیلی

نصف اولٹ	جلائیں	اجزاء
ایک پنٹ	دودھ	
ایک متوسط چمچہ	شکر	
لینس قوڈ	نک	

ایک پتلی قاش لیون کی

ترکیب - دودھ تین لیون کی قاش ڈال کر اچھی طرح تامہنی کی پتلی میں جوش کریں جب اولتے لگ جلائیں ملا کر ایک چمچہ سے اچھی طرح چالائیں پھر

ٹیکس قوڑا اور شکر ملا کر سرد پانی سے دھوئے۔ ہوئے ساپنچے میں اونڈیلیں ہیں
ساپنچے کو جلد گرم پانی پھر سرد پانی میں رکھنے سے جیلی تیار ہو جائیگی اگر جیلی
کو بغیر گاڑھا کئے ساپنچے میں اونڈیلیا جائے گا تو تمیں بھیگی۔

(۱۵) چانوں کی جیلی

نصف چار کی پیالی	چانوں	اجزاء۔
تین چار کی پیالی	پانی	
تازہ دودھ	ایک چار کی پیالی	
نک	ایک چار کا چچھہ	
سوڈے کی ڈلی	ایک پیر کے برابر ہو	

تکریب۔ چاول کو دھو کر چار گھنٹے تک پانی میں بھیجنے دو۔ پھر اسی
اور پانی ڈال کر چوپسے پر جڑپتا دو۔ حجہ چانوں گل جائیں اور پانی خشک کر
اصلی مقدار کا نصف رہ جائے تو دودھ ملا کر آدم گھنٹہ تک ڈک کر جوش
کر دپھر کسی موٹے کپڑے میں چھان کر خفیف مٹھاں ملاو۔ اور حجہ ٹھنڈا
ہو جائے تو شکر کرو

(۱۶) جو کی جیلی

نصف چار کی پیالی	جو	اجزاء۔
پانی	سپاٹ۔	

تکر کیپ۔ جو کوئین پاؤ پانی میں بارہ گھنٹے بیٹھے دوسرا سکے بعد جو لمحہ پر
چڑھا دو جب پانی خشک ہو کر دودھ پاؤ رہ جائے تو اوتار کر گرم گرم باریک
کپڑے میں چھان لو۔ پھر برقت میں رکھ دیجیں جم جایگی جب کہ نامہ ملین فون
اوپر سے چھڑک لو

(۱۷) چاول کی کمیر

اجرا۔ چانول دین گھنٹے تک بیٹھے ہوئے) ۳ ٹیکچے
دو دھو پیالی چاول

خیفت نمک

انڈے۔ چھینٹ کر ۶ عدد

تکر کیپ۔ چاول کسی موٹے کپڑے میں پیا کروں میں پانی اور فرشا
نمک ڈال کر جو لئے پر چڑھا دیا جائے۔ پتیلی کو اچھی طرح ڈک دینا اور دیمان میں
کئی بار ہلا دینا چاہئے۔ مگر جوچ ہرگز نہ ڈالا جائے۔ اس طرح پکانے سے
چانول پھر یہ رہتے ہیں پتیلی اوتارنے سے پیشتر یہ دیکھ لیا جائے
کہ اونچین کوئی کتنی تو نہیں رہی۔ اگر پانی کچھ باقی رہ گیا ہو تو چانول پیا کر گرم
گرم دودھ ڈال دیا جائے پھر آگ پر کھکھ پندرہ منٹ تک پکایا جائے اور سکے
بعد کسی پیالہ میں نکال کر فوراً اوس میں پھینٹے ہوئے انڈے خوب ملا
دے جائیں اور ملین فون ڈھڑک کرایا بلائی اور شکر ملا کر کھایا جائے

(۱۸) ملینس فوڈ نیسر ۲۰ وہ اکی خداون کے ساتھ ہاری گنگے دنگ کے لئے

اجزا ۱ ملینس فوڈ ۲ پچھے

۲ بڑے پچھے ۶ دو دھر

۳ بڑے پچھے ۸ پانی

ترکیب - ملینس فوڈ کو گرم پانی میں ملا کر پھر دو دھر شرکیک کر کے ایکتے پچھے کر خوب ہلاؤ

(۱۹) جو کی لپسی

ایک ٹبری پیالی چار ۱ جزو - کھوتا ہوا پانی
نصف پیالی چار
نمک
نصف چمچے چار

ترکیب - اول بلتے ہوئے پانی میں چوادر نمک ڈال کر دھنٹھے تک پکاؤ
پھر اونار کر چنانی میں چہان لو۔ پندرہ گھینٹے کے پچھے کے لئے تین بڑے پچھے بھر لپسی ایک خوراک کے لئے کافی ہوگی۔ ہر خوراک میں ایک کافی مقدار نشانہ
ملے دو دھر کو شرکیک کر کے فراپنلا کرو۔ دو یا تین سال کے پچھے کو ہر خوراک میں
تین چار پچھے بھر لپسی دی جائے۔

(۲۰) مسلم جو کی لپسی -

اجزا ۱ کھوتا ہوا پانی ۲ پیالی چار

نصف پیاںی چار
سلکم جو
نصف پچھے چار
ننک

ترکیب - گرم پانی میں ننک اور جو ڈال کر چار گھنٹے تک پکاؤ۔ پھر جیتنی میں خوب چھان لو پندرہ میسیتے کے پچھے کے لائے بندار دو تین چار اسکے پچھے ہرگز ان میں نہیں فوڑ ملا دو اور اس قدر بڑا کو لپیسی ذپاتلی ہو جائے۔ دو تین سال کے پچھے کو تین چار چھٹے پچھے بھر لپیسی ہر خوراک میں دوہرہ کرنے کی خرض سے دو دھر اور میں فوڑ کی مناسب مقدار شریک کر دو۔

(۲۱) نیم پرشت انڈے

ترکیب - دو انڈوں کو پانی میں ڈال کر چولے کے پیچھے رکھ دو۔ تاکہ آٹھ میٹھ میں پانی صرف گرم ہو جائے۔ اوپنئے ش پائے۔

(۲۲) خشک روٹی

ترکیب - باسی یا تازہ ڈبل وٹی کے پتوں پکوٹکے کاٹ کر سینک لئے جائیں اس کا خیال رہے کہ جلنے شہ پائیں۔

(۲۳) چوزے، حلوان اور یکری کے گوشت کی ٹیخی۔

ترکیب - حلوان کے پاؤں، چوزہ کی ہڈیوں اور گوشت کے ٹکڑے کر کے یا سیر پھر یکری کی گردی کو تین پاؤ پانی میں ننک ملا کر دو گھنٹے تک ادا بالا جائے۔ اوس کے بعد یعنی چھان لی جائے جب ٹھنڈی ہو جائے تو

چچھیا صاف جاوب کے لکڑ سے پکنائی اوتاری جائے اور جب دی جائے تو گرم کر کے جو، چاول، یا سوپیان اقبال کر گرم بخنی میں ڈال کر دی جائے گا اے کے گوشت کی بخنی (۲۲۳)

اجز اول آوھ پاؤ گائے گا گوشت آوھ پاؤ
آوھ پاؤ پانی

ترکیب - چچھی طے اور چربی نکال گروشٹ کا پریک قیمه کر لیا جائے اور اسکو ایک تھیر کے پویام درنہاں میں چھپا دیا جائے کے ساتھ ڈال دیا جائے۔ پھر اسکو کتنا وہک کر اور ایک کاغذ پانڈھر دیا جائے۔ اسکے بعد ایک ڈونگے میں پانی بھر دوں میں اس میں رکھا رہے پھر ایک پیالہ میں بخنی نکال کر اس میں نک ملا کر پہنیں۔

چچوں اور جوانون کے سادہ مشروبات

(۱) انڈے کی سفیدی اور سوڈا اور

اجز اول - انڈے کی سفیدی ۲ عدد

گلاس سوڈا اور ۷

ذائقہ کے موافق ملیش قوڈ

ترکیب - جہاں تک ممکن ہو گرم پانی کیقلیل مقدار میں ملیش قوڈ کو لین اور انڈوں کی سفیدی ملا کر خوب بھینٹ لین اسکے بعد گلاس میں اونڈیل کر

سوڈا اور ٹرمل اکر پین -

(۲) دو و صہ، اور سوڈا اور ٹر

ٹھنڈا گلاس	دو و صہ	اجزا -
------------	---------	--------

سوڈا اور ٹر	ٹھنڈا گلاس
-------------	------------

ترکیب - نصف گلاس دو و صہ میں نصف گلاس سعی ڈرا اور ٹرمل اکر پین سے دو و صہ جلد ہضم ہوتا ہے۔ سوڈا اور ٹر سے دو و صہ کے اجزاء پنیر حیا بکی شکل میں علیحدہ علیحدہ ہو جاتے ہیں۔ اور اون کی سخت پشکیان شیئن ہونے پائیں۔

(۳) شرپت یہون

آدھ پاؤ	شکر	اجزا -
---------	-----	--------

یہون	یک عدد
------	--------

ترکیب - اوپر کا چمکا اوتار کر یہون کلی حق نکالیں پھر چمک کو مکراوس کا حق نجودیں۔ اور فلکر مل اکر شرپت تیار کر لیں ایک بڑا بچپہ شربت ایک گلاس پانی میں گھول کر پین۔

(۴) شربت نارنگی

۳ عدد	نارنگی	اجزا -
-------	--------	--------

یہون	یک عدد
------	--------

کھولنا ہوا پانی	ٹھنڈا پاؤ
-----------------	-----------

شکر ۶ دلیان

ترکیب لیہوں چیلکراوس کا اور نازنگیوں کا عرق ایک جگہ میں خود لین۔
پھر لمیوں کا چلکا ملکر تک کے ہمراہ شرکیں کر لین اس اور اپر سے کھوتا ہوا پائیں گے
(۵) روٹی کا پانی

اجروں۔ پارچہ ڈبل روٹی یک

ٹھنڈا پانی ٹلا پاؤ

ترکیب۔ روٹی کے مکر سے خوب سینکر گب میں رکھ دین اور اپر سے ٹھنڈا
پانی ڈال دین بھر ایک ٹھنڈے کے بعد نکال کر چہان لین۔ یہ پانی صاف اور زردی
مائل ہو گا۔

چانول کی چیج

اجروں چانول ایک چٹان مک
س پاؤ پانی

پوست لمیوں

ترکیب۔ چانول کو دھو کر تین پاؤ تازہ پانی میں ٹھنڈے تک بھیجنے دو
اوے کے بعد چوڑے پر چڑھا دو۔ اور ایک ٹھنڈے کے بعد اوتار کر چیج پسالو جس چیج
ٹھنڈہ ہی ہو جائے۔ اس میں لمیوں یا تنگی کا چلکا، لونگ یا دارچینی ڈال کر جو
اسماں میں اس کا استعمال نہایت مفید ہے۔

(۷) شریت سبب

اجزاء۔ سبب

۶ عدد

لقدیر ضرورت شکر

سپاٹ نیزگرم پانی

ترکیب۔ چہ سببون کے بغیر چھلک باریک باریک مکر سے کاٹ کر ایک بڑے جگ میں۔ ڈال دین۔ ساتھ ہی اسکے لیتوں کا چھلکا بھی کتر کر ڈال دین اور اپر سے کھوٹا ہوا پائی اور پھر مٹھا س ڈال دین جب تینڈا ہو جاسے چھان لین

(۸) جلاٹریں اور وودھ

اجزاء۔

جلامیں

تم اولش

آش جو

چھلانک

شکر سفید

چھلانک

چھلانک

وودھ

ترکیب۔ ایک جگ میں جلاٹریں پرشریں لے دو۔ دوسرا برتن میں گرم گرم آش جوں پر شکر کھوٹ کر بویام میں اونٹلیں دو۔ پھر گرم دودھ پر شریک کر کے چھپے سے خوب چلا و اس کا استعمال قے اور دستون کی بیماری میں نہایت مفید ہے۔ سخنہ طاکر کے دینا زیادہ مناسب۔

(۹) عرق پادام

ا جزء اول۔ سفون بادام (مرکب) چھٹانک
گرم پانی ۳ چھٹانک

تہ کیپ۔ مرکب سفون بادام جو ہر دوا فروش کے یہاں مل جاتا ہے ایک صفت جگ میں نکال کر اور سے گرم پانی ڈال دین۔ پانی کو تباہوا نہ ہونا چاہئے بلکہ تک سفون بہیگار ہے اور سے بعد مل کی صافی میں چھان لین۔ اس کا استعمال کاملن کی سو رش اور پیپر درون کی عمومی خلاحت ہے مخفیت

(۱۰) السی کی چار

ا جزء اول۔ السی سلم چھٹانک
شکر چھٹانک
لکرس (بائیسی) چھٹانک
اویتا ہوا پانی چھٹا پاؤ

تہ کیپ۔ سلم السی، اور شکر اور "لکرس روٹ" جگ میں ڈال کر ڈھڑھڑا کر کر ہوا پانی اور سے ڈال دین۔ اور جگ کو چار گھنٹے تک آگ کے قریب رکھیں۔ پھر عرق کو ٹھنڈا کر کے چھان لین اور ذائقہ کے لئے چند قطرے عرق یعنی کشک کر لین۔

کمالنسی اور زام امراض صدر میں اس سے بہت تکین ہوتی ہے یہ چار گرم گرم
پیانا چاہئے

(۱۱) ملینس فوڈ، دودھر، اور سوڈا اور

ملینس فوڈ	ایک لپچے
سوڈا اور	پاؤھر
دودھر	لپچے

ترکیب - دودھر میں ملینس فوڈ کھول کر سوڈا اور اور برف دال کر پہنیں۔

(۱۲) ملینس فوڈ، برف، سوڈا اور

ترکیب - ملینس فوڈ ایک بڑے لپچے کے انداز سے لیکر کسی بڑے گلاس میں لین
اور تھوڑا سا پانی ملا کر پیسی سا کر لین۔ پھر سوڈا اور دال کر صبا لین، اپر سے برف
دال کر پہنیں۔

موسم گرما میں یہ ایک نہایت مفہوم شرمند ہے اور الیسی حالت میں جب اور
کسی غذا کی جائش رغبت نہیں ہوتی۔ یہ غذا بلا تکلف مزہ سے پی جاتی ہے
تیرتیب محقرہ اسہالی کی نشکانیت ہو یا خارجی گرمی کا اثر ہو گیا ہو تو اسکے استعمال
لائق ہو گا۔

ملینس فوڈ ضعیف المعدہ اشخاص کے لئے

ملینس فوڈ ۲ بڑے تجھے

دودھر

لپچے پاؤھر
اتنی تعداد میں ملینس فوڈ کی پیچی جائے

پانی

کوکو

ایک بیچوچاڑ

یہندھا ٹھیج اور شام دی جائے۔

ناظر لوقون کے لئے۔

ملینس فود

ایک بڑا بیچوچ

دودھ

ٹھا پیش

تازہ انڈے

س مدد د خوبی پھینٹ کر

ٹکری

برائے نام

مرضعہ کے لئے

ملینس فود

ایک بڑا بیچوچ

دودھ

۲ چھٹاں تک

پانی

اتنی مقدار گینٹاں ملینس فود کی بی جائے

تازہ انڈا

ایک مدد د دودھ میں پھینٹ کر

خواک - دن میں نہیں مرتبہ یا اس سے کچھ زیادہ۔

مریفون کے لئے

ملینس فود

ایک بڑا بیچوچ

دودھ

۲ چھٹاں تک

پانی

اتنے کے ملینس فود کی بی تیار ہو جائے

بالتائی
انڈا
سن رسیدہ اشخاص کے لئے۔

بلینس فوڈ
دو دھر
چھٹا نک

پانی
اسقدر کہ بلینس فوڈ کی لپسی بن جائے

بلینس فوڈ
پانی
پانی

مُشد اگر کے بار بار ملینس کو دیا جائے۔

بلینس فوڈ کے دیگر فوائد

سمولی لپسی، ارار و روث، ماساگو داشت، چاقوں اور راسی قسم کی اور غذا میں
جن میں آئے کا جزو بلینس فوڈ ملکر دینے سے چلدہضم ہوتی ہیں اور زیادہ طاقت
جذبیتی ہیں

اسی طرح کوکو، کافی اور چا، بلینس فوڈ شریک کرنے سے زیاد تفعیل
ہوتا ہے

مشقید ترکھین

دہی (انداز ۴۰ ڈیرھم پاؤ)

ترکیب - ایک ٹام چینی کے دستہ دار ڈنگہ میں ڈیرھم پاؤ تمازہ دو دہ ڈال کر ۹۸ یا ۱۰۰ درجہ مقیاس انحراف تک گرم کرو۔ پھر ایک صاف جگ میں نکال کر چھپسہ پیسہ بھر خاص (ہندی جامن) خوب ٹالکر گرم چکھ رکھ دو۔ جب دہی خوب جنم جائے اوس کو بھینٹ کر باریک صافی میں چھان لو۔ صاف صاف پانی سا جو نکل آئے او سکو استعمال کیا جائے۔

چونت کا پانی

ترکیب - ڈیرھم پاؤ ٹھنڈے جوش کے ہوئے پانی میں بارہ پیسہ بھر لیے بیجا چونت خوب ٹالکر ایک گھنٹہ رکھیں پھر احتیاط کے ساتھ صاف پانی نکال لیں اگر پانی فرا دودھ صیارنگ کا ہو تو کسی صاف کپڑے میں چھان لیں یا جاڈہ سے کام لیں۔ چونت کے پاچی کو کسی بوتل میں اچھی طرح ڈال لکا کر رکھیں۔

لوقٹ - چونت کا پانی عموماً دافروں کے بیان بھی ملتا ہے

چونت کا میٹھا پانی

ترکیب - ایک چھانک بھری اور اہمی چھانک چونت کو باریک پیس کر ایک بوتل میں بھر دیں۔ اور اپر سے ڈیرھم پاؤ کو تاہم پانی ڈال کر خوب ہلائیں۔ اس میٹھے چونت کے پانی کی پندرہ بوندوں میں عمومی چونت کے ایک بڑے پچھے کے برابر

شرک ہوتا ہے۔

آش جو

میں چار کے چھپے بھر مسلم جو لیکر پہلے ٹھنڈے پانی سے، پھر گرم پانی سے دھو کر پانی پھینک دین۔ اوسکے بعد ڈیر صد پیشٹ تہ ۲ (پاؤ چنانکہ اور پاؤ صدھر پانی والی کروجوش کریں۔ جب ڈیر صد پاؤ پانی رہ جائے تو اونتا کر چھان لیتیں۔ وہ بھر کے لئے ایک بار بننا کر نہیں رکھنا چاہئے۔ کیونکہ آش جو جلد ترش ہو کر استعمال کے قابل نہیں رہتا۔

عام محتویات

- (۱) بچ کے منہ میں بغیر صاف کئے ہوئے چونی جو عموماً لگنے میں پڑی رہتی ہے ہرگز نہ دیکھائے۔
- (۲) ہرگز بچ کے منہ سے خالی شیشی نہ لگافی جائے۔
- (۳) لمبی لمبی دار شیشی ہرگز نہ استعمال کیجائے۔
- (۴) جب بچ روئے فوراً دودھ نہ دیا جائے تا اوقیانیکہ بھوک کی کوئی علامت نہ پائی جائے۔
- (۵) اوقات غذا کے دریمان کوئی شے نہ دیجائے، اور جتنی الامکان پابندی اوقات کا عادی کیا جائے۔

(۴) بچہ کو جلدی جلدی کھانے پہنچنے سے باز رکھا جائے، اور آئندہ آئندہ مکمل ہپنی کی

تعلیم دی جائے

(۵) جب تک بچہ کا کوئی دانت نہ تکل آئے کوئی ایسی ستہ دارشے نہ شرک کی جائے جس سے گرم دودھ یا پانی کا اٹھا ہو جائے۔ کوئی ایسی اشکارانہ داروں کا دوسرا دوسرے پسکٹ یا روٹی ہرگز نہ دی جائے۔

(۶) بچہ کو بالائی اوڑا ہوا یا دیرتک کھا جوا دو دعہ نہ دی جائے۔

(۷) بچہ کو عرصہ تک محض ایسی اندیجانہ سین تازہ کپا دو دعہ نہ شرک ہو۔

(۸) بچہ کو بلا طلبی کی اجازت کے کوئی سفوف بخار یا خواری دو اندیجانہ

(۹) فوجوں اشخاص کی خدماتیں ذرا بھی کوئی شے بچہ کو نہ دیجائے۔

(۱۰) چار، کافی، بیر (جو کی شراب) یا اور کوئی محرک شر بچہ کو نہ دیجائے۔

(۱۱) بچہ کو قسم کوچل ایساں تکتھکھلانے جائیں البتہ اونکا عرق قلیل تر

میں یا جا سکتا ہے اس مرکی تباہیت جو کو سا تھہ ہتھیا طرکی جائے کہ بچہ نہ کھانے پاہیں

احتمال ہو کہ اونکی نتوں کو نکلیت ہجھوچھا دری تکلیف اکثر اوقات خطرناک ہوتی ہے۔

بچوں کے مرض اپنے پیامبر پیدا ہو جاتا ہے اسی اندیجانی اوس نصبوٹی سی فہمنا نہ میں تو نکل

جرث کے پاس ہوتی ہے وہ ہو جاتا ہے پھر پسپتی ہے اور خون میں نیت پیدا ہو جاتی ہے اگرچہ

اس مادہ کو داکتر عمل جراحی سے حاجج کر دیتے ہیں لیکن ہر جگہ ایسے اپرشن (عمل جراحی) کا

سلام میسا نہیں ہوتا اور بعض قشی خیص میں بھی بھی جا جائی ہے اسلام احتیاط کی اشے و بتا ہے۔

حاشیہ الکتاب

وہ تمام تدبیر ہے جو اس تابعیتی درجہ پر عقلی اور محض تدبیر ہے
 اور ہر عقلمند مان بخدا پسندیدن کی صحت و تدرستی پڑھتی ہے۔ قدرتی
 تدبیر پر عمل کرنے کی کوشش کریں۔ لیکن سب سے اعلیٰ تدبیر و حادثی تدبیر
 ہے یعنی وہ رب العالمین کی جانب میں رجوع کر کے خشوع و خضوع قلب
 کے ساتھ پسون کی صحت و سلامتی کی دعا کرتی رہے خصوصاً مسلمانوں
 کے لئے تو یہ ایک فرض ہے کہ وہ نہ اپنی گانہ کے بعد بارگاہ الہی میں الحج
 و عاجزی سے دھانگیں اور صحت و تدرستی کے ساتھہ اعمال صالح کیں
 اور خود ہماری تعالیٰ کے الفاظ میں یہ التجا کرتے رہیں ۔

رَبِّيْ هَبَّ لِي مِنْ لَذُكَ خُرُّيَّةَ طَبِيْبَةَ رَأْيَكَ سَمِيْعَ الدُّعَاءِ
